

Antibiotika richtig einnehmen

Antibiotika bekämpfen krankmachende Bakterien. Allerdings können Ihnen die Mittel nur helfen, wenn Sie sie richtig anwenden. Die wichtigsten Tipps

Von Dr. Martina Melzer, Aktualisiert am 10.06.2019

[Entzündete Blase](#), vereiterte Mandeln, gefährliche [Lungenentzündung](#) – das sind typische Einsatzgebiete von Antibiotika. Die Mittel helfen immer dann, wenn Bakterien im Körper eine [Infektion](#) ausgelöst haben. Denn die Arzneien töten die Krankheitserreger ab oder verhindern zumindest, dass sich die Keime vermehren. Ein Antibiotikum kann die Bakterien allerdings nur bekämpfen, wenn Sie es richtig anwenden.

Richtig anwenden

Verschreibt Ihnen der Arzt ein Antibiotikum, sagt er normalerweise dazu wie oft und wie lange Sie es anwenden sollen. Manchmal schreibt er das auch nur aufs Rezept. Haben Sie nicht im Kopf, wie Sie das Mittel einnehmen sollen, dann fragen Sie in der Apotheke oder beim Arzt nach. Tipp: Lassen Sie sich die Einnahmehinweise in der Apotheke auf die Medikamentenschachtel schreiben.



Dr. Frank Hommel, Apotheker aus Havelberg © W&B/Privat

Es ist wichtig, das Mittel so einzunehmen wie verordnet, weil nur dann eine ausreichend hohe Konzentration des Arzneistoffs im Körper vorhanden ist. "Ein gleichbleibender Wirkstoffspiegel im Blut ist für den Therapieerfolg entscheidend", sagt Dr. Frank Hommel, Apotheker aus Havelberg. Kann das Antibiotikum nicht seine volle Wirkung entfalten, "können widerstandsfähige Bakterien überleben und gegen das Medikament unempfindlich werden", erklärt Hommel.

Spricht der Arzt von "1x1 täglich", dann bedeutet das: Etwa alle 24 Stunden die Tablette oder die Creme anwenden. Mit "2x1 pro Tag" ist gemeint, das Präparat im Abstand von zirka 12 Stunden zu verwenden. "3x1 am Tag" heißt, ungefähr alle acht Stunden nehmen. Ebenfalls wichtig: Lesen

Sie im Beipackzettel nach oder fragen Sie in der Apotheke, wie Sie die Tabletten oder Kapseln schlucken sollen. Empfiehlt der Hersteller, das Antibiotikum "vor dem Essen" einzunehmen, dann nehmen Sie es eine halbe bis ganze Stunde davor. "Zum Essen" steht für: direkt zur Mahlzeit.

Nicht zusammen mit Milch, Tee oder Kaffee

Möglicherweise möchten Sie das Mittel trotz eines abweichenden Hinweises zum oder nach dem Essen schlucken, weil Sie das Antibiotikum so besser vertragen. Dann kann es allerdings passieren, dass die Tablette nicht mehr so gut hilft. "Manche Wirkstoffe werden schlechter aufgenommen, wenn Sie sie zum Essen einnehmen", meint Hommel.

Nehmen Sie die Tablette vorzugsweise mit einem großen Glas Leitungswasser ein – nicht nur mit einem Schluck davon! Sonst kann sich das Arzneimittel in der Speiseröhre verfangen. Milch, Tee oder Kaffee eignen sich weniger, "weil sich dabei schwerlösliche Komplexe im Magen bilden können, welche die Aufnahme des Medikaments behindern", rät der Apotheker. Dasselbe gilt, wenn Sie gleichzeitig magensäurebindende Mittel anwenden, die sogenannten Antazida, oder Mineralstoffpräparate, die zum Beispiel [Kalzium](#), [Magnesium](#) oder [Zink](#) enthalten.

Manche Antibiotika gehen teils gefährliche Wechselwirkungen mit anderen Arzneien ein. Ein Beispiel: Makrolid-Antibiotika wie Erythromycin und Statine, die bekannten Cholesterinsenker. Die Wirkung des Statins wird verstärkt, was Nebenwirkungen wie Muskelschmerzen begünstigen kann. Weitere Beispiele: Manche Antibiotika lösen Zuckerschwankungen bei Diabetikern aus, andere erhöhen die Blutungsneigung bei gleichzeitiger Gabe von Phenprocoumon. Der verhütende Effekt der Pille kann durch Einnahme von Antibiotika nachlassen, was zu einer ungewollten Schwangerschaft führen kann. Klären Sie vorab mit Arzt und Apotheker, ob Ihr Antibiotikum von solchen Wechselwirkungen betroffen ist und wie Sie sich dann am besten verhalten.

Mögliche Nebenwirkungen: Durchfall, Pilze und Allergien

"Im Allgemeinen sind Antibiotika gut verträglich", sagt Hommel. Dennoch weist der Apotheker auf potenzielle Nebenwirkungen hin: [Allergien](#) auf das Mittel seien möglich, ebenso Hautausschläge, ausgelöst durch das Medikament. Daneben leiden einige Menschen unter [Durchfall](#). Denn das Antibiotikum bekämpft nicht nur die krankmachenden Bakterien, es kann auch die gesunde Darmflora schädigen. Probiotika, die Bakterienkulturen enthalten, können die Flora wieder aufbauen.

Frauen bekommen manchmal einen [Scheidenpilz](#), weil die natürliche Scheidenflora durch das Antibiotikum aus dem Gleichgewicht gerät. Einige Mittel erhöhen die Lichtempfindlichkeit. Das heißt, Sie können schneller einen Sonnenbrand erleiden. Wichtig: Vertragen Sie das Medikament nicht gut, dann setzen Sie es nicht eigenmächtig ab. Besprechen Sie stattdessen umgehend mit dem Arzt, was Sie tun können.