

Winter 2019

**Krank sein – gesund bleiben: Infektionskrankheiten mit Bakterien und Viren.....**

In den Sommermonaten waren es vor allem Patienten mit Magen-Darminfektionen, geplagt von Erbrechen und Durchfall, welche unsere Praxis notfallmässig aufsuchten. In der kommenden kühleren Jahreszeit werden es, wie alle Jahre wiederum, eher Infektionen der Atemwege sein, welche uns auf Trab halten.

Infektionskrankheiten können von Bakterien, Viren oder Pilzen verursacht werden. Die **Bakterien** sind in der Regel grösser (0.6-1.0 Micrometer) als Viren, besitzen eine Zellwand, welche das sogenannte Zytoplasma und Erbgut umschliesst und können im normalen Mikroskop betrachtet werden. Sie vermehren sich wie menschliche Zellen durch Zellteilung.

Die Behandlung von bakteriellen Erkrankungen geschieht mittels Antibiotika, welche die Bakterien entweder abtöten oder sie an der Vermehrung hindern. Allerdings haben Bakterien die Eigenschaft, dass sie sogenannte **Antibiotikaresistenzen** entwickeln können, wenn die Medikamente nicht richtig eingesetzt werden. Erst kürzlich war das Thema in den Medien wegen Vancomycin-resistenten Enterokokken (VRE) im Inselspital präsent. Es ist uns daher ein Anliegen hier einige Informationen zum richtigen Umgang mit Antibiotika zu geben. Siehe dazu auch unter [www.antibiotika-richtig-einsetzen.ch](http://www.antibiotika-richtig-einsetzen.ch).

- Antibiotika wirken nur bei bakteriellen Infektionen, aber nicht jede bakterielle Infektion benötigt Antibiotika, da oft auch die körpereigene Abwehr ausreicht.
- Es gibt ganz unterschiedliche Bakterien, daher gibt es auch Antibiotika mit verschiedenen Wirkmechanismen. Deshalb werden Antibiotika von der Ärztin/dem Arzt für die jeweilige Erkrankung spezifisch ausgewählt.
- Die Dosierung und die Behandlungsdauer müssen genau eingehalten werden. Eine falsche oder unzuverlässige Einnahme kann zu Antibiotikaresistenzen führen. Das bedeutet, dass Bakterien weniger oder gar nicht mehr auf Antibiotika ansprechen. Solche Bakterien können auch auf andere Menschen übertragen werden.
- Antibiotika sollen nicht auf Vorrat aufbewahrt werden. Sie dürfen nicht im Hausmüll entsorgt werden. Bringen Sie nicht aufgebrauchte Packungen in die Praxis zurück.

Die **Viren** sind im Vergleich zu den Bakterien viel kleiner und besitzen keine richtige Zellwand. Sie bestehen im Wesentlichen nur aus dem Erbgut. Viren brauchen zur Vermehrung einen Wirt, in welchen sie eindringen und dessen Stoffwechsel zur Produktion von neuen Viren veranlasst. Bei viralen Infekten sind Antibiotika vollkommen wirkungslos. Hier gilt es entweder den normalen Krankheitsverlauf abzuwarten oder wo möglich, mit einer Impfung vorzubeugen.

**..... und was man dagegen tun kann**

Während bei bakteriellen Infektionen also meist wirksame Antibiotika zur Verfügung stehen, kann man bei viralen Infekten wie zum Beispiel der von Zecken übertragenen FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis) oder der Influenza (Grippe) meist nur mit einer Impfung vorbeugen.

**FSME:** Gerade in diesem Sommer waren auf Grund der klimatischen Verhältnisse sehr viele Zeckenbisse zu verzeichnen. Auch die Zahl der an FSME erkrankten Personen stieg sprunghaft auf über 150 an. Da die Erkrankung schwer verläuft und auch tödlich enden kann, empfiehlt das BAG allen Personen ab dem 6. Altersjahr, welche in Endemiegebieten wohnen oder sich zeitweilig dort aufhalten eine Impfung. Eine Grundimmunisierung beinhaltet 3 Impfungen zum Zeitpunkt 0/1/6-12 Monate. *Daher sind die Wintermonate ideal um mit der Impfung zu beginnen, damit man im nächsten Frühling bereits geschützt ist.*