NEWSLETTER Ausgabe 1/2017

Sehr geehrte Damen und Herren,

in unserem aktuellen Newsletter finden Sie Informationen zu den folgenden Themen:

- Früher Ausbruch der Grippewelle – jetzt gegensteuern
- Neue Hoffnung im Kampf gegen multiresistente Keime
- Hausapotheke gut gerüstet für die Erkältungssaison?
- Trinken bei Blasenentzündung

 nicht immer die beste Empfehlung
- Europäischer AntibiotikatagAntibiotika verantwortungsvoll einsetzen

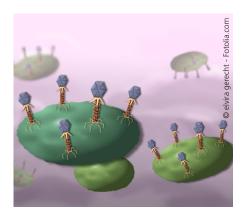
Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihr Team von www.pflanzliche-antibiotika.de

Früher Ausbruch der Grippewelle – jetzt gegensteuern

In diesem Winter ist die Grippewelle schon vor Weihnachten ausgebrochen, einige Wochen früher als in den Vorjahren. Bis Anfang Januar wurden nach Angaben des Robert-Koch-Institutes offiziell bereits 2600 Erkrankungen und neun Todesfälle gemeldet. Acht davon waren Senioren ab 60 Jahre. Da diese Altersgruppe besonders gefährdet ist, wird diesen eine Grippe-Impfung empfohlen. Trotz dieser Empfehlung ist aktuellen Daten zufolge aber nur jeder Dritte der über 60-Jährigen gegen Grippe geimpft.

Da die echte Grippe wie auch Erkältungskrankheiten durch Viren ausgelöst werden, sind sie mit Antibiotika nicht behandelbar, denn diese wirken nur gegen Bakterien. Bisher gibt es >> S.2

Phagentherapie: Neue Hoffnung im Kampf gegen multiresistente Keime



Bei der Suche nach neuen Methoden im Kampf gegen die Ausbreitung multiresistenter Keime liegt jetzt eine Hoffnung auf der Therapie mit Bakteriophagen. Phagen sind Viren, die Bakterien infizieren. Sie befallen eine bestimmte Bakterienart, vermehren sich dort und zerstören die Keime dabei. Sie sind schon seit über 100 Jahren bekannt und wurden nach ihrer Entdeckung auch schon zur Therapie bakterieller Infektionen genutzt. Eine große randomisierte klinische Studie unter standardisierten Bedingungen ist jetzt nötig, um den Nutzen der Phagen gegen multiresistente Bakterien wissenschaftlich zu belegen. Dann könnten die Phagen in ferner Zukunft eingesetzt werden, wenn Antibiotika gegen resistente Keime keine Wirkung mehr zeigen.

Mehr dazu: www.aerztezeitung.de

Hausapotheke – gut gerüstet für die Erkältungssaison?

Vor allem gegen Ende des Winters ist unser Immunsystem oft geschwächt und die nächste Erkältung lässt nicht lange auf sich warten. Um direkt bei den ersten Anzeichen einer Erkältung reagieren zu können, ist es wichtig, entsprechende Mittel griffbereit in der Hausapotheke zu haben. Denn sie ist bei akuten Erkrankungen wie Magen-Darm-Infekten, Erkältungen oder Blasenentzündungen meist die erste Anlaufstelle. Wirksame pflanzliche Arzneimittel sollten hier keinesfalls fehlen, denn sie sind gut verträglich und können daher auch über längere Zeit eingenommen werden. Die Broschüre "Die pflanzliche Hausapotheke" informiert darüber, welche pflanzlichen Arzneimittel für die Hausapotheke geeignet sind, wie diese wirken und wo die Apotheke am besten aufbewahrt



wird. Die Broschüre kann kostenlos bestellt werden unter "Pflanzliche Hausapotheke", Postfach 1107, 65741 Eschborn oder per E-Mail an info@pflanzliche-antibiotika.de.

Oder hier Broschüre herunterladen: www.pflanzliche-antibiotika.de





nur wenig Medikamente, die zur Gripeingesetzt werden pebehandlung können. Jedes Jahr werden andere Impfstoffe benötigt und der Bedarf an neuen Strategien zur Behandlung von Grippe und Erkältungskrankheiten ist groß. Laboruntersuchungen am Institut für Medizinische Virologie, Universität Gießen, haben gezeigt, dass Pflanzenstoffe eine Behandlungsoption bei viralen Atemwegsinfekten sein könnten. Die dort untersuchten pflanzlichen Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich konnten die Vermehrung des Grippevirus H1N1 in menschlichen Lungenzellkulturen um nahezu 100 % hemmen. Weitere Laborauswertungen zeigen, dass auch verschiedene Rhinoviren, die für Erkältungskrankheiten verantwortlich sind, durch die Senfölkombination in ihrer Vermehrung in menschlichen Zellkulturen deutlich gehemmt werden.

Senföle sind charakteristische Inhaltsstoffe von Pflanzen aus der Familie der Kreuzblüten- und Kapuzinerkressengewächse. Werden die Zellen dieser Pflanzen verletzt, werden Senföle freigesetzt, die der Pflanze einen Schutz vor Fraßfeinden und mikrobiellem Befall bieten.

Mehr dazu: www.aerzteblatt.de

Trinken bei Blasenentzündung – nicht immer die beste Empfehlung

Bei Blasenentzündungen hören Patienten immer wieder die Empfehlung, viel zu trinken, damit die Krankheitserreger möglichst schnell wieder ausgeschwemmt werden. Bisher gibt es allerdings keine wissenschaftlichen Studien, die den Nutzen dieser Aussage belegen. Dass diese Empfehlung unter Umständen auch sehr gefährlich werden kann, zeigt ein aktueller Fall einer 59-jährigen Frau aus London. Die Patientin trank wegen einer Blasenentzündung mehrere Liter Wasser und wurde nach mehrfachem Erbrechen mit Zittern und Sprachstörungen in ein Krankenhaus eingeliefert. Durch die extreme Flüssigkeitszufuhr war eine sogenannte Hyponatriämie (zu niedriger Natriumspiegel im Blut) entstanden. Da es bisher keine Studien gibt,



die den Vorteil des übermäßigen Trinkens belegen, empfehlen Experten auch bei Blasenentzündungen auf eine exzessive Flüssigkeitszufuhr zu verzichten.

Mehr dazu: www.aerzteblatt.de

Europäischer Antibiotikatag: Antibiotika verantwortungsvoll einsetzen



Im November 2016 fand zum neunten Mal der europäische Antibiotikatag statt. Er soll das Bewusstsein für die zunehmende Bedrohung durch Antibiotikaresistenzen schärfen und über einen verantwortungsvollen Umgang mit chemisch-synthetischen Antibiotika informieren. "Die Verordnung von Antibiotika ist nach wie vor auf einem viel zu hohen Niveau und die Erwartungs-

haltung vieler Patienten an die heilende Wirkung oft unrealistisch", erklärt der Freiburger Mikrobiologe und Infektiologe Prof. Dr. Uwe Frank. So weiß zum Beispiel jeder 2. Europäer nicht, dass Antibiotika bei Erkältungen unwirksam sind. Einem Drittel ist darüber hinaus nicht bekannt, dass Antibiotika Nebenwirkungen haben können. Einen Weg zur Entschärfung des Resistenzproblems sieht Frank im alternativen Einsatz von Pflanzeninhaltsstoffen wie zum Beispiel den Senfölen, die gegen Viren und Bakterien wirken. Resistenzentwicklungen sind aufgrund der Zusammensetzung und der vielfältigen Wirkweise dieser Pflanzenstoffe nicht zu erwarten. Chemisch-synthetische Antibiotika sollten nur dann verwendet werden, wenn Sie wirklich erforderlich sind, um die Gefahr von Resistenzen zu minimieren.

Mehr dazu: www.br.de