Pflanzliche Antibiotika

SEIT JAHRHUNDERTEN BEWÄHRT
WIRKSAM UND SANFT

© Michal Krakowiak - istockphoto.com

NEWSLETTER Ausgabe 3/2015

Sehr geehrte Damen und Herren,

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

- *Expertengremium empfiehlt pflanzliche Senföle bei Atemwegsinfektionen*
- *Schnupfen-Risiko bei Schlafmangel deutlich höher*
- *Was tun gegen Schniefnasen bei Kindern?*
- *Resistente Bakterien sind aggressiver und besser übertragbar*
- *Neue Broschüre „Pflanzliche Hausapotheke“ jetzt bestellen*

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

Schnupfen-Risiko bei Schlafmangel deutlich höher

Eine Studie aus den USA hat gezeigt, dass Menschen, die weniger als sechs Stunden pro Nacht schlafen, viermal so anfällig für Erkältungen sind wie Menschen mit mindestens sieben Stunden Schlaf. Wer weniger als fünf Stunden schläft, ist sogar 4,5 Mal stärker gefährdet. Insgesamt hatte der Schlaf der Studie zufolge einen viel größeren Einfluss auf die Erkältungshäufigkeit als Alter, Ernährung, Stress oder Rauchen, berichteten kalifornische Forscher in dem Fachblatt *Sleep*. ■

Mehr dazu:
www.pharmazeutische-zeitung.de

Expertengremium empfiehlt pflanzliche Senföle bei Atemwegsinfekten

Pflanzliche Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich wirken gegen Viren und Bakterien und können bei einfachen akuten Atemwegsinfektionen als Mittel der ersten Wahl empfohlen werden. Dieses Fazit zogen deutsche Ärzte und Wissenschaftler bei einer interdisziplinären Expertendiskussion zur effektiven Behandlung von Atemwegsinfektionen in Frankfurt. In der jetzt veröffentlichten Publikation zu dem Expertentreffen heißt es weiter, dass die Senföle auch bei häufig wiederkehrenden Erkältungskrankheiten helfen können. Denn sie sind aufgrund ihrer guten Verträglichkeit auch längerfristig anwendbar.

„Akute Atemwegsinfektionen gehören zu den häufigsten Erkrankungen in den Industriestaaten“, erklärt Dr. Rainer Stange, Charité Berlin. Sie werden fast immer durch Viren ausgelöst, gegen die Antibiotika wirkungslos sind. Trotzdem würden bei Erkältungskrankheiten nach wie vor zu oft und zu leichtfertig chemisch-synthetische Antibiotika verordnet.

„Auf der Suche nach effektiven alternativen Behandlungsansätzen lohnt sich ein Blick in die Natur“, ergänzt Prof. Dr. Uwe Frank, Universitätsklinik Freiburg. So würden zum Beispiel Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich gegen Viren und Bakterien wirken und in der Naturmedizin bereits seit Jahrhunderten bei Infektionen der Atem- und Harnwege eingesetzt.

Aktuelle Laboruntersuchungen von Prof. Dr. Stephan Pleschka, Gießen, zeigen zum Beispiel, dass Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich die Vermehrung des Grippevirus H1N1 im menschlichen Lungenzellmodell um nahezu 100 Prozent hemmen. „Auch die von uns getesteten Rhinoviren, die für viele Erkältungskrankheiten verantwortlich sind, werden durch die Senfölkombination in ihrer Vermehrung deutlich gehemmt“, so Pleschka.

Viele verschiedene Wirkmechanismen

„Anders als chemisch-synthetische Antibiotika haben die Senföle außerdem nicht nur einen einzigen Wirkmechanismus, sondern sie wirken auf vielfältige Weise“, erklärt Prof. Dr. Ludger Klimek, Wiesbaden. „Da das Senfölgemisch einer Studie zufolge die Erkältungshäufigkeit um etwa 50 Prozent vermindert, ist es auch zur Verlängerung der beschwerdefreien >>S.2

Zeit bei häufig wiederkehrenden Infekten der Atemwege eine empfehlenswerte Behandlungsmöglichkeit“, ergänzt Dr. Martin Adler, Siegen.

„Vor allem bei Kindern und Jugendlichen ist eine möglichst schonende Behandlung sinnvoll, da in diesem Alter Erkältungskrankheiten sehr häufig auftreten“, erklärt der Kinderarzt Dr. Ulrich Enzel, Schwaigern. Daher sei der Einsatz der pflanzlichen Senföle vor allem bei infektanfälligen Kindern eine wirksame und gut verträgliche Behandlungsmöglichkeit. ■

Resistente Bakterien sind aggressiver und besser übertragbar

Werden Antibiotika zu häufig verordnet, steigt das Risiko von Bakterien-Resistenzen. Einige Bakterien überleben und sind danach nicht mehr empfindlich gegenüber dem jeweiligen Antibiotikum. Eine aktuelle Studie aus Boston hat jetzt gezeigt, dass die stetig zunehmenden Resistenzen noch gefährlicher sind als bisher angenommen: Die Ergebnisse der Untersuchungen an Mäusen und Kaninchen zeigen, dass resistente Bakterien aktiver und besser übertragbar sind als normale Keime. Aufgrund ihrer Aggressivität könnten die resistenten Stämme schwieriger zu behandelnde Infektionen verursachen, so die Sorge der Forscher. Es seien daher alternative Ansätze nötig, um Infektionen zu vermeiden und zu behandeln. ■

Mehr dazu: www.spiegel.de

Was tun gegen Schniefnasen bei Kindern?

Kinderärzte setzen auf pflanzliche Arzneimittel

Die kalte Jahreszeit ist in vollem Gange und die kinderärztlichen Wartezimmer sind wie jedes Jahr mit schniefenden und hustenden Kindern überfüllt. Meist werden die Erkältungen durch Viren verursacht, gegen die Antibiotika wirkungslos sind. „Die Beschwerden lassen sich mit pflanzlichen Arzneimitteln gut behandeln“, erklärt der Kinderarzt Dr. Hubmann, Zirndorf, in der Zeitschrift Kinder- und Jugendmedizin hautnah. Entscheidend sei, dass die Wirksamkeit der Pflanzenstoffe durch Studien geprüft und belegt sei und die Herstellung nach standardisierten Verfahren erfolge, um Schwankungen der Wirkstoff-Konzentrationen auszuschließen. Durch die Gabe von Antibiotika sei kein Zeitgewinn zu erwarten, sondern man kaufe sich im Gegenteil eher Probleme ein, nämlich resistente Bakterien und Nebenwirkungen. Viele Eltern seien heute froh, wenn ihre Kinder kein Antibiotikum nehmen müssten. Bis zum Alter von 12 Jahren werden die Kosten für die pflanzlichen Medikamente von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. ■

Neue Broschüre jetzt bestellen:

Die pflanzliche Hausapotheke – bei ersten Krankheitszeichen aktiv werden

Als erste Anlaufstelle bei akuten Erkrankungen wie Erkältungen, Magen-Darmproblemen und leichten Verletzungen ist die Hausapotheke oft der Retter in der Not. Gerade bei akuten Atemwegsinfektionen gilt es, keine Zeit zu verlieren, sondern bei den ersten Beschwerden aktiv zu werden, um den Krankheitsverlauf zu mildern. Wirksame pflanzliche Arzneimittel sollten in keiner Hausapotheke fehlen, denn sie sind gut verträglich und können daher auch über längere Zeit eingenommen werden. Die neue Broschüre „Zu Hause natürlich behandeln“ informiert darüber, welche pflanzlichen Arzneimittel für die Hausapotheke geeignet sind, wie diese wirken und wo die Apotheke

am besten aufbewahrt wird. Die Broschüre „Pflanzliche Hausapotheke“ kann kostenlos bestellt werden unter Postfach 1107, 65741 Eschborn oder per E-Mail an info@pflanzliche-antibiotika.de ■