



© Ocusfocus / Dreamstime

Harnwegsinfektionen gehören zu den häufigsten Infektionen der Frau.

# Antibiotikafrei behandeln bei Harnwegsinfekten

**Behandlung** Adäquate Therapie und Heilung von Harnwegsinfekten (HWI) sind essenziell, damit es zu keiner Progression mit potenziell ernsthaften Komplikationen kommt [1]. Was dies für die tägliche Praxis bedeutet und wie man mehr auf Alternativen zu Antibiotika setzen kann, erfahren wir heute in einem Gespräch mit Prof. Annette Kuhn, der leitenden Ärztin am Zentrum für Urogynäkologie des Inselspitals Bern.

Interview: Dr. rer. nat. Dajana Parganlija, signum | brands GmbH

**Frau Prof. Kuhn, vielen Dank, dass Sie uns mit Ihrer Expertise einen Einblick in diese gesundheitsrelevante Thematik geben. Worin liegt die besondere Bedeutung von Alternativtherapien?**

Alternativtherapien bilden eine extrem wichtige Grundlage zur Bekämpfung der Antibiotika-Resistenzen. Es gibt einen sehr guten numerischen Zusammenhang - je mehr Anti-

biotika wir verschreiben, desto höher wird die Resistenzlage [2]. Das zeigen weltweite Studien [3] sowie Daten aus der Schweiz. In allen Situationen, in denen sich Antibiotika vermeiden lassen, und auf allen Ebenen sollten wir daher unbedingt auf Alternativen zurückgreifen, welche die Resistenzlage nicht verschärfen. Im Spital setzen wir die prophylaktischen Antibiotikagaben, etwa bei ambulanten

Zystoskopien, mittlerweile nur noch bei Bedarf ein. In der Sprechstunde und auch in der Hausarztpraxis könnten wir bei einfachen Harnwegsinfekten eigentlich auch ausschliesslich Alternativen empfehlen und verschreiben. Zudem sollten wir darauf setzen, dass Patientinnen Alternativen für die Prophylaxis kennen und zu Hause parat haben, um Harnwegsinfekte zu vermeiden.

### Welchen Stellenwert haben in diesem Zusammenhang mögliche Nebenwirkungen?

Jeder, der mal Antibiotika eingenommen hat, wird gewisse Nebenwirkungen erlebt haben. Das geht von eher milden Nebenwirkungen wie Durchfall oder Übelkeit bis hin zu schwersten allergischen Reaktionen vom Sofort- oder Spät-Typ, die dann im schlimmsten Falle auch eine Spitaltherapie notwendig machen. Das passiert natürlich nicht bei allen Patientinnen, dennoch kann man feststellen, dass dieser Aspekt der Nebenwirkungen nicht hinreichend ernst genommen wird. Bei den antibiotikafreien Alternativen gibt es sehr wenige und praktisch immer milde Nebenwirkungen [4]. Wenn man das also gegeneinander aufwiegen muss, sind die alternativen Mittel hier deutlich im Vorteil.

### Welche Alternativen gibt es zu einer Behandlung mit Antibiotika?

Zum Glück gibt es hier eine grosse Auswahl, darunter D-Mannose als Einfachzucker, welcher das Anheften von Bakterien an der Harnblasenwand verhindert. D-Mannose ist eine körpereigene Substanz und auch für Diabetiker geeignet. Zudem gibt es eine grosse Anzahl von Phytotherapeutika, die grundsätzlich auch eine Ausschwemmung der Bakterien ermöglichen. Weiterhin stehen Impfungen und lokale Therapeutika zur Verfügung, welche der Blase direkt zugeführt werden können.

### Gibt es besondere Vorteile oder auch Nachteile bei der Anwendung von Alternativen?

Alternativen sind gut zugänglich und einfach anzuwenden. Die Patienten müssen nicht extra in eine Sprechstunde kommen, einen Arzttermin vereinbaren, Wartezeit und Reisezeit einplanen... sondern können die Alternativen unkompliziert in der Apotheke kaufen. Allerdings werden die Kosten für Alternativen von den Krankenkassen nicht immer erstattet, ausser bei einer Zusatzversicherung für naturheilkundliche Wirkstoffe.

### Wie sehen Sie die Rolle der Alternativen bezogen auf die Therapie von wiederkehrenden und akuten HWI?

Von rezidivierenden HWI wird bei mehr als drei Infekten in zwölf Monaten oder mehr als zwei Infekten in sechs Monaten gesprochen. Die alternativen Behandlungen bieten sich für mich besonders in der Akuttherapie an. Zudem setzen wir antibiotikafreie Alternativen auch sehr häufig zur Prophylaxe bei rezidivierenden HWI ein. Sie sind oft rezeptfrei erhältlich, können also zu Hause bereitstehen und bei Bedarf eingenommen werden

### Ist es wichtig, das Bewusstsein für Alternativen zu stärken?

Auf alle Fälle – meiner Ansicht nach besteht ein erheblicher Informationsbedarf in der Hausarztmedizin, aber auch bei

Patientinnen, die das immer noch nicht so ganz verinnerlicht haben, was für eine Gefahr von den Antibiotika-Resistenzen ausgeht. Den Endverbraucher müsste man also besser darüber informieren, weshalb wir von Antibiotika weggelassen möchten. Wenn es um diesen Umdenkungsprozess geht, ist es immer von Vorteil, wenn Gynäkologie, Urologie und Infektiologie als die drei am ehesten betroffenen Disziplinen zusammenarbeiten und eine gewisse Einigkeit zeigen. Wenn man den Hausärzten eine klare Botschaft zur Behandlung von HWI mitgibt, haben unter dem Strich alle gewonnen - der Hausarzt fühlt sich gestärkt und weiss, was er machen muss, um auf der sicheren Seite zu sein; die Patientin fühlt sich ortsnahe gut betreut, und die Sprechstunden in unseren grossen Kliniken bleiben den schwierigen Fällen vorbehalten.

### Gibt es besondere Herausforderungen im gynäkologischen Bereich, wenn es um den Einsatz der Alternativen geht?

Bei uns im gynäkologischen Bereich ist natürlich immer eine grosse Frage, ob auch Schwangere und Stillende Alternativen nehmen dürfen. Bei Arzneimitteln der Kategorie D sind die meisten Ärzte mit einer Verschreibung zurückhaltend. Allerdings sollte man meines Erachtens auch die Praxiserfahrung einbeziehen. Von D-Mannose beispielsweise wissen wir, dass sie wirksam ist und keine signifikanten Nebenwirkungen hat [5]. Ich persönlich habe keine Probleme, diese Substanz auch Schwangeren zusätzlich zum Antibiotikum oder Stillenden zu verschreiben, da die Mannose nicht resorbiert wird.

### Korrespondenz

annette.kuhn[at]insel.ch



### Literatur

Vollständige Literaturliste unter [www.saez.ch](http://www.saez.ch) oder via QR-Code



Prof. Dr. med. Annette Kuhn

Leitende Ärztin und stellvertretende Chefärztin Gynäkologie der Universitäts-Frauenklinik Bern.