

# Gut informiert entscheiden – Patienteninformationen am ÄZQ

Corinna Schaefer, Sabine Schwarz, Svenja Siegert

Der informierte Patient rückt zusehends in den Fokus der Versorgung: Das Gutachten des Sachverständigenrates 2012 „Wettbewerb an der Schnittstelle zwischen ambulanter und stationärer Versorgung“ hat noch einmal deutlich gemacht, welche grundlegende Rolle der Patienteninformation in unserem Gesundheitssystem zukommt: Selbstbestimmt soll er Versorgungsangebote auswählen und Behandlungsentscheidungen treffen. Damit die selbstbestimmte Entscheidung jedoch nicht zur Last wird oder dem Betroffenen zum Nachteil gereicht, ist er auf verlässliche Informationen angewiesen. Die wichtigste Quelle ist dabei idealerweise immer noch der behandelnde Arzt: Er kennt sein Gegenüber und dessen Krankengeschichte, vielleicht sogar seine persönliche Situation. Er kann daher gezielt und unter Berücksichtigung der individuellen Bedürfnisse den Patienten informieren und unterstützen. Für die meisten Patienten hat der Arzt bei Therapieentscheidungen nach wie vor die größte Bedeutung als Berater. Zunehmend nutzen sie aber auch weitere Informationsquellen, und medizinisches Wissen ist vielfältig verfügbar: Vor allem das Internet bietet Nutzern nahezu unbegrenzten Zugang zu Informationen. Doch ein Informierter ist nicht zwangsläufig ein Wissender. Gerade das Netz bietet eine Fülle interessengeleiteter und manipulativer Informationen, die zu erkennen für Ungeübte nicht immer leicht ist, denen zu vertrauen aber ausgesprochen gesundheitsschädlich sein kann.

## Was zeichnet verlässliche Informationen aus?

Um Patienten bei Entscheidungen zu Präventions-, Diagnostik- oder Therapiemaßnahmen zu unterstützen, muß eine Information bestimmte Anforderungen erfüllen. Diese Kriterien für gute Ge-

sundheitsinformationen sind mehrfach definiert und im Laufe der Zeit immer weiter verfeinert worden. Dabei wird vor allem gefordert, daß „verlässliche“ Patienteninformationen

- nicht interessengebunden sind;
- auf dem besten derzeit verfügbaren medizinischen Wissen beruhen;
- ein realistisches Bild der Erkrankung vermitteln;
- alle Behandlungsoptionen mit Nutzen- und Schadenswahrscheinlichkeiten darstellen;
- Nutzen und Schaden an Hand von patientenrelevanten Endpunkten vermitteln;
- Risiken verständlich kommunizieren;
- sich zu Unsicherheiten äußern;
- Finanzierung und potentielle Interessenkonflikte der Autoren offenlegen;
- verständlich in Sprache und Darstellung sind.

Patienteninformationen, die diese Kriterien erfüllen, können zum Behandlungserfolg beitragen, weil sie Patienten in die Lage versetzen, eigenständig und selbstbestimmt zu handeln. Wenn Informationen aber interessengeleitet und manipulativ sind, können sie bei Patienten überzogene Erwartungen und Ansprüche wecken und so das Vertrauen in eine gute ärztliche Behandlung untergraben. Wer wißbegierige Patienten mit hochwertigen Informationen versorgt, handelt daher auch im Interesse des Arztes.

## Patienteninformationen des Ärztlichen Zentrums für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Geleitet von der Erkenntnis, daß nicht der informierte, sondern der falsch informierte Patient ein Risiko für die Arzt-Patienten-Beziehung darstellen kann, engagiert sich das ÄZQ als Einrichtung der ärztlichen Selbstverwaltung seit

mehr als zehn Jahren für hochwertige Patienteninformationen. Die Arbeit für Patienten ruht auf vier Säulen:

- eigene Patienteninformationen zu hochwertigen ärztlichen Leitlinien entwickeln, z. B. PatientenLeitlinien und Kurzinformation für Patienten;
- qualitativ hochwertige und qualitätsbewertete Gesundheitsinformationen im Internet bereitstellen;
- „Empowerment“: Qualitätskriterien in der Gesundheitssysteminformation (IGeL, Arztbewertungsportale, gute Arztpraxen) definieren und operationalisieren;
- Methodik von Patienteninformation und -beteiligung weiterentwickeln.

### PatientenLeitlinien

Im Rahmen des Programms für Nationale VersorgungsLeitlinien® (NVL) entwickelt das ÄZQ sogenannte PatientenLeitlinien. Sie „übersetzen“ die Empfehlungen der ärztlichen Leitlinie für Patienten und sind inzwischen verpflichtender Bestandteil des NVL-Programms. So erfahren Patienten, wie ihre Erkrankung nach den aktuellen Erkenntnissen behandelt werden sollte.

Um sicherzustellen, daß dabei vor allem die Bedürfnisse betroffener Patienten Berücksichtigung finden, wird jede PatientenLeitlinie gemeinsam mit Betroffenen und Vertretern der Selbsthilfe erarbeitet. Diese werden nach einem festgelegten Verfahren jeweils von den Dachverbänden der Selbsthilfe benannt. Einige der Patientenvertreter haben bereits an der ärztlichen Leitlinie mitgewirkt. Damit ist die größtmögliche Nähe zu den Inhalten der NVL gewährleistet. Die Autorengruppe der ärztlichen Leitlinie prüft zudem die Patientenversion nach Fertigstellung auf Konformität zur NVL, außerdem kann während einer öffentlichen Konsultationsphase jeder Interessierte die Information kommentieren. Das Redaktionsgremium sichtet die Kommentare und entscheidet dann über deren Berücksichtigung. Der Erstellungsprozeß folgt stets dem gleichen Ablauf und wird für jede PatientenLeitlinie in einem Methodenreport transparent dargelegt. Wird die ärztliche Leitlinie aktualisiert, werden die geänderten Empfehlungen auch in die Patientenversion eingearbeitet.

### *Vertrauen durch Information*

Informationen, welche die Grundlagen ärztlichen Handelns transparent vermitteln und denen Patienten vertrauen, unterstützen eine gute Arzt-Patienten-Beziehung, denn Patienten können damit verstehen, auf welcher wissenschaftlichen Basis der Arzt handelt. Durch den aufwendigen Erstellungsprozeß der ÄZQ-PatientenLeitlinien wird sichergestellt, daß eine PatientenLeitlinie die ärztliche Perspektive ebenso reflektiert wie die Patientensicht. Diese besonders enge partnerschaftliche Beteiligung von Patienten und Ärzten an einer Patienteninformation ist einmalig. Damit unterstützen die Ratgeber des ÄZQ optimal die gemeinsame Entscheidungsfindung im Therapieprozeß, indem sie Patienten und Ärzten gleichermaßen eine verlässliche Grundlage bieten. So wird eine gemeinsame Entscheidung auf der Basis ärztlicher Handlungsempfehlungen ermöglicht – eine Entscheidung **mit-** und nicht **gegen**einander.

### *Kurzinformationen für Patienten in vielen Sprachen*

PatientenLeitlinien sind umfangreiche Broschüren. Wer es genau wissen will, findet hier verlässliche Informationen. Doch an den Bedürfnissen mancher Patienten geht dieses komplexe Angebot vorbei. Für sie entwickelt das ÄZQ sogenannte „Kurzinformationen für Patienten“ (KiP), die auf zwei Seiten einfach und verständlich die wichtigsten Inhalte einer PatientenLeitlinie zusammenfassen. Ein besonderer Schwerpunkt wird dabei auf Fragen des Selbstmanagements gelegt („Was Sie selbst tun können“). Jede KiP wird von einem Arzt und einem Patienten geprüft. Diese Kurzinformationen werden allen Ärzten kostenlos als PDF-Dokumente zur Verfügung gestellt, damit sie diese bei Bedarf ihren Patienten im Beratungsgespräch aushändigen können. Seit 2012 werden diese Informationsblätter auch übersetzt: Bislang liegen KiP rund um die Themen Asthma, COPD und Diabetes in Englisch, Französisch, Spanisch, Russisch, Türkisch und Arabisch vor. Weitere Themen sind geplant. Damit finden Ärzte auch Unterstützung für Patienten, die nicht oder nur sehr begrenzt Deutsch sprechen.

### *Bereitstellung verlässlicher und qualitätsbewerteter Gesundheitsinformationen*

Auf dem gemeinsamen Patientenportal von Bundesärztekammer (BÄK) und Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV) [www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de) finden Nutzer sämtliche Informationsangebote der ärztlichen Selbstverwaltung auf einen Klick. Daneben enthält das Portal Informationen von verlässlichen Drittanbietern. Bei der Aufnahme folgt das Portal einer strengen Link-Policy: Wichtigste Voraussetzungen für die Aufnahme sind Transparenz und redaktionelle Unabhängigkeit. Mehr als 2000 Einträge umfaßt das Angebot zurzeit und es wird kontinuierlich ausgebaut, derzeit werden schwerpunktmäßig Informationen zu seltenen Erkrankungen erfaßt. Besondere Seiten (Thema des Monats) informieren Nutzer außerdem zu aktuellen Gesundheitsthemen. Die verlinkten Informationsangebote werden von der Redaktion auf ihre formale Qualität hin geprüft – das ist ein bislang einmaliges Angebot in deutschen Gesundheitsportalen. Die Prüfprotokolle sind frei einsehbar. Patienten erhalten so Informationen, auf die sie sich verlassen können. Die Inhalte des Portals sind zudem unter [www.arztbibliothek.de](http://www.arztbibliothek.de) abrufbar, damit auch Ärzte schnell auf hochwertige Patienteninformationen zurückgreifen und diese an ihre Patienten weitergeben können.

### *Empowerment – Gesundheitssysteminformationen*

Von Patienten wird heute nicht nur erwartet, daß sie Therapieentscheidungen informiert treffen. Ebenso sollen oder wollen sie sich im Gesundheitssystem sicher bewegen und zurechtfinden. Informationen über die Qualität von Gesundheitsleistungen gewinnen dabei an Bedeutung. Gemeinsam mit externen Experten hat das ÄZQ in den letzten Jahren Checklisten und Qualitätskriterien für verschiedene Bereiche der Gesundheitsversorgung entwickelt:

- Woran erkennt man eine gute Arztpraxis?
- Selber zahlen? Informationen zu Individuellen Gesundheitsleistungen (IGeL)
- Qualitätsanforderungen für Arztbewertungsportale

Diese Kriterienkataloge formulieren Qualitätsstandards und machen sie in Form von Checklisten konkret handhabbar. Damit werden zwei Ziele verfolgt: Nutzer werden in ihren Kompetenzen gestärkt, indem sie Qualitätskriterien kennenlernen und überprüfen können. Anbieter werden „erzogen“, indem Standards öffentlich und überprüfbar gemacht werden. Sie können die formulierten Standards als Chance nutzen, ihr Angebot zu verbessern.

Die Resonanz auf diese Art Informationen ist groß. Über Selbsthilfeverbände wie auch über niedergelassene Ärzte werden die Informationsbroschüren zur „Guten Arztpraxis“ und zu IGeL in großer Zahl angefordert und verbreitet. Patienten und Ärzte haben offenbar ein gemeinsames Interesse, verbindliche Standards zu etablieren und damit Qualität – etwa bei Arztpraxen oder bei der Aufklärung über IGeL – überprüfbar zu machen. So wurde zum Beispiel die Checkliste zu Individuellen Gesundheitsleistungen in der aktuellen Überarbeitung von allen Ärzteverbänden mitgetragen.

### **So finden Sie die Angebote im Internet:**

Patienteninformationsportal:  
[www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)  
PatientenLeitlinien des ÄZQ:  
<http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien>  
Kurzinformationen für Patienten:  
<http://www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten>  
Informationen zu Arztbewertungsportalen:  
<http://www.arztbewertungsportale.de>  
Checkliste „Selbst zahlen? Ein Ratgeber zu Individuellen Gesundheitsleistungen (IGeL) für Patientinnen und Patienten sowie Ärztinnen und Ärzte:  
[www.igel-check.de](http://www.igel-check.de)  
Anforderungen an eine gute Arztpraxis:  
[www.arztcheckliste.de](http://www.arztcheckliste.de)

Literatur bei den Verfasserinnen.

Corinna Schaefer M.A.  
Dr. rer. medic. Sabine Schwarz  
Svenja Siegert  
Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin

## ANTIBIOTIKA – WAS SIE WISSEN SOLLTEN



Foto: © Visionär - Fotolia.com

### LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

Antibiotika sind Arzneimittel, die zur Behandlung von Infektionen durch Bakterien eingesetzt werden. Bei zahlreichen Erkrankungen helfen diese Medikamente sehr gut und können sogar lebensrettend sein. Aber nicht bei jeder Infektion ist die Einnahme von Antibiotika sinnvoll.

In dieser Information erfahren Sie, wie Antibiotika wirken und was Sie bei der Einnahme beachten sollten.

#### ► WIE WIRKEN ANTIBIOTIKA?

Antibiotika unterstützen das Abwehrsystem des Körpers dabei, krankmachende Bakterien zu bekämpfen. Notwendig ist dies, wenn Bakterien in den Körper eingedrungen sind und sich vermehren. Dann können sie nämlich eine Entzündung auslösen und bestimmte Organe schädigen. Das ist zum Beispiel bei einer bakteriellen Lungenentzündung der Fall. Manche Antibiotika töten die Bakterien direkt ab, andere verhindern, dass sie sich weiter vermehren.

Grundsätzlich gilt für den Einsatz von Antibiotika: So oft wie notwendig und so selten wie möglich. Denn Antibiotika wirken nicht nur gegen die krankmachenden Erreger, sondern auch gegen die nützlichen Bakterien, die auf unserer Haut und unseren Schleimhäuten leben.

#### ► NEBENWIRKUNGEN VON ANTIBIOTIKA

Die meisten Antibiotika gelten als sichere und gut verträgliche Medikamente. Trotzdem können alle Antibiotika Nebenwirkungen hervorrufen.

Zu den typischen Nebenwirkungen zählen zum Beispiel:

- Magen-Darm-Beschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Übelkeit

- allergische Reaktionen der Haut wie etwa Rötungen und Juckreiz
- Scheidenpilzinfektionen bei Mädchen und Frauen

Welche Nebenwirkungen auftreten können und wie häufig diese sind, hängt davon ab, welches Antibiotikum Sie einnehmen. Informieren Sie sich dazu bei Ihrem Arzt oder Apotheker und lesen Sie die Packungsbeilage des Medikaments.

#### ► WANN WIRKEN ANTIBIOTIKA?

Infektionen entstehen am häufigsten durch Viren oder Bakterien. Diese Erreger verursachen unterschiedliche Erkrankungen. Dennoch ist es zu Beginn nicht immer leicht zu entscheiden, ob es sich um eine bakterielle oder virale Infektion handelt, da die Krankheitszeichen ähnlich sein können.

Häufig durch Bakterien verursacht werden zum Beispiel:

- Mandelentzündung
- Lungenentzündung
- Hirnhautentzündung
- Blasenentzündung

Immer bakteriell bedingt sind zum Beispiel:

- Scharlach
- Keuchhusten
- Tuberkulose
- eitrige Hautentzündungen

Bei bakteriellen Erkrankungen ist es meistens sinnvoll und mitunter lebensnotwendig, Antibiotika anzuwenden. Es ist wichtig zu wissen, dass Antibiotika gegen Viren unwirksam sind.

## ► Behandlung mit Antibiotika

Zu den Erkrankungen, die durch Viren hervorgerufen werden, gehören zum Beispiel:

- die meisten Erkältungskrankheiten (Schnupfen, Husten, Halsschmerzen, Fieber)
- Grippe (Influenza)
- viele Formen der Darmentzündung (Durchfall)
- Masern

Gegen diese viralen Krankheiten helfen Antibiotika nicht.

### ► BEVOR SIE ANTIBIOTIKA EINNEHMEN

Bevor Sie ein Antibiotikum einnehmen, sollten Sie über die Behandlung gut Bescheid wissen. Folgende Fragen können Sie Ihrem Arzt zum Beispiel stellen:

- Warum brauche ich das Antibiotikum?
- Was sind mögliche Nebenwirkungen?
- Wie viele Tage lang muss ich das Antibiotikum einnehmen?
- Wie oft am Tag soll ich es nehmen?
- Kann ich das Antibiotikum zusammen mit einer Mahlzeit einnehmen oder ist ein Abstand nötig?
- Beeinflusst das Antibiotikum andere Medikamente, die ich einnehme?

Je häufiger Antibiotika verordnet und eingenommen werden, desto höher ist das Risiko, dass sich widerstandsfähige (resistente) Bakterien entwickeln und ausbreiten. Mehr zu diesem Thema finden Sie in einer weiteren Information für Patienten, siehe Kasten.

### ► MEHR INFORMATIONEN

#### Weiterführende Links:

Eine Auswahl geprüfter Informationen zum Thema finden Sie unter dem Suchwort „Antibiotikatherapie“ auf:

<http://www.patienten-information.de/>

Das Informationsblatt „Resistenzen gegen Antibiotika“ steht unter

<http://www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten/>

#### Quellen:

Der Inhalt dieser Information beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Forschungsergebnissen und Empfehlungen für Patienten von Patienten. Alle benutzten Quellen finden Sie hier:

<http://www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten/antibiotika/quellen>

DOI: 10.6101/AZQ/000075

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Im Auftrag von: Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV) und Bundesärztekammer (BÄK)

Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555

E-Mail/Ansprechpartner: [mail@patinfo.org](mailto:mail@patinfo.org)

[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)

[www.aezq.de](http://www.aezq.de)



### ► WAS SIE SONST TUN KÖNNEN

- Halten Sie sich an die vorgegebenen Einnahmezeiten. Dreimal täglich bedeutet zum Beispiel alle acht Stunden.
- Nehmen Sie das Antibiotikum so lange ein, wie es Ihnen verordnet wurde. Auch wenn Sie sich bereits besser fühlen, ist es wichtig, die Behandlung fortzuführen.
- Nehmen Sie kein Antibiotikum, das anderen Personen verschrieben wurde. Geben auch Sie niemandem Ihr Antibiotikum – selbst dann nicht, wenn die Krankheitszeichen sehr ähnlich erscheinen.
- Nehmen Sie das Antibiotikum vorzugsweise mit Wasser ein.
- Teilen Sie Ihrem Arzt alle Auffälligkeiten und unerwünschten Wirkungen mit.
- Informieren Sie Ihren Arzt vor einer Antibiotikaeinnahme, ob Sie schwanger sind oder stillen.
- Es kann hilfreich sein, wenn Sie sich den Namen, die Dosierung, den Zeitpunkt und eventuelle Nebenwirkungen aller Antibiotika notieren, die Sie oder Ihr Kind genommen haben.
- Erwarten Sie nicht, dass Ihr Arzt Ihnen oder Ihrem Kind bei jeder Infektion ein Antibiotikum gibt. Bei Erkrankungen durch Viren hilft es nicht.

Mit freundlicher Empfehlung

## ANTIBIOTIKA – WAS SIND RESISTENZEN?



Foto: © Reicher - Fotolia.com

### LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

sicher haben Sie oder Ihr Kind schon einmal ein Antibiotikum eingenommen. Antibiotika sind wirksame Medikamente zur Behandlung von Infektionen durch Bakterien. Sie zählen zu den am häufigsten verordneten Arzneimitteln.

Beim Anwenden von Antibiotika können sogenannte Antibiotika-Resistenzen (Widerstandsfähigkeiten) auftreten. Das bedeutet, dass diese Medikamente nicht mehr gegen die Bakterien wirken.

In dieser Information erfahren Sie, wie Resistenzen entstehen, warum sie gefährlich sind und was Sie selbst dagegen tun können.

### ► WAS IST EINE ANTIBIOTIKA-RESISTENZ?

Antibiotika bekämpfen Bakterien, indem sie diese abtöten oder ihre Vermehrung und ihr Wachstum hemmen. (Allgemeine Hinweise zum Thema Antibiotika finden Sie in der Patienteninformation „Behandlung mit Antibiotika“, siehe Kasten auf der Rückseite.)

Bakterien sind aber sehr anpassungsfähig und wahre Überlebenskünstler. Sie vermehren sich sehr schnell und in großer Zahl. Dabei können spontan Veränderungen im Erbgut der Bakterien auftreten. Manche dieser Veränderungen lassen Erreger unempfindlich gegenüber bestimmten Antibiotika werden. Einige Bakterien tauschen außerdem ab und zu kleine Stücke ihres Erbgutes untereinander aus. Auch diese Erbgutstücke können Erreger widerstandsfähig, das heißt resistent, gegen Antibiotika machen.

Diese Veränderungen können zum Beispiel dazu führen, dass die Bakterien ein Medikament wieder aus sich herauspumpen, bevor es ihnen schadet. Oder sie schaffen es, ein Antibiotikum durch bestimmte Abwehrstoffe unwirksam zu machen. Manchmal verändern Bakterien auch einfach den Ort, an denen das Antibiotikum normalerweise ansetzt.

### ► WESHALB ENTSTEHEN RESISTENZEN?

Antibiotika-Resistenzen entstehen vor allem, weil Antibiotika nicht richtig angewendet werden. Dies ist zum Beispiel der Fall, weil:

- Antibiotika zu oft eingenommen werden.
- Antibiotika häufig unsachgemäß eingenommen werden, zum Beispiel in zu niedriger Dosis.
- Die Anwendung von Antibiotika in der Tierhaltung weit verbreitet ist und über den Verzehr von Fleisch zum Menschen gelangt.

### ► WAS SIND DIE FOLGEN?

Je häufiger Antibiotika verordnet und eingenommen werden, desto höher ist das Risiko, dass sich resistente Bakterien entwickeln und ausbreiten.

Besonders für Kleinkinder, für ältere und/oder dauerhaft kranke Menschen kann dies ernste Folgen haben:

- Infektionen dauern länger an.
- Infektionen sind schwieriger zu behandeln; bisher gut behandelbare Infektionen können zum Beispiel lebensbedrohlich werden.
- Für einige Infektionen stehen kaum noch wirksame Antibiotika zur Verfügung.
- Infizierte Menschen benötigen spezielle Antibiotika, die oft mehr Nebenwirkungen haben.
- Krankenhausaufenthalte werden länger und häufiger.
- Patienten müssen häufiger räumlich von anderen Personen abgetrennt werden.



### ► WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Es ist wichtig, Infektionen zu vermeiden. Denn: Je weniger Infektionen auftreten, desto weniger Antibiotika werden benötigt und die Bildung von Resistenzen kann verlangsamt werden. Experten schätzen, dass bis zu 30 von 100 Infektionen durch Hygienemaßnahmen vermieden werden können. Folgendes können Sie zum Beispiel tun:

- Waschen Sie Ihre Hände mehrmals täglich und gründlich mit Wasser und Seife für etwa 30 Sekunden.
- Auf saubere Hände sollten Sie besonders nach dem Toilettengang achten oder wenn Sie Windeln gewechselt haben, nach Kontakt mit Tieren und nach dem Umgang mit rohem Fleisch.
- Verwenden Sie beim Naseputzen stets ein Einmaltaschentuch und entsorgen Sie es sofort. Waschen Sie sich danach möglichst die Hände, um den Erreger nicht auf andere Menschen zu übertragen.
- Husten Sie nicht in die Hand, sondern in Ihren Ärmel. So bleiben Ihre Hände sauber. Halten Sie beim Husten Abstand zu anderen Personen.
- Versuchen Sie, die Hände möglichst vom Gesicht fernzuhalten.
- Waschen Sie Obst und Gemüse, das roh gegessen wird, sehr gründlich. Achten Sie beim Zubereiten von Lebensmitteln genau darauf, Schneidebretter und Messer mit Reinigungsmittel und Wasser zu waschen – besonders, wenn Sie rohes Fleisch verarbeiten.
- In geschlossenen Räumen kann die Anzahl von Krankheitserregern in der Luft ansteigen. Lüften Sie deshalb mehrmals am Tag für einige Minuten.
- Stellen Sie sicher, dass Sie und Ihre Familie die empfohlenen Impfungen erhalten und denken Sie auch an die erforderlichen Auffrischimpfungen.
- Nehmen Sie Antibiotika wie vom Arzt verordnet ein. Es ist wichtig, sie in regelmäßigen Abständen, in ausreichender Dosis und lange genug einzunehmen.
- Entsorgen Sie alte Medikamente oder Medikamentenreste nicht über die Toilette. Dies belastet die Umwelt und könnte zur Bildung von Resistenzen beitragen. Sie können die Medikamente in der Regel in den Hausmüll geben. Am besten wickeln Sie sie aber in Papier ein, damit niemand die Arzneimittel wieder aus dem Müll nimmt. Günstig wäre, wenn Sie die Medikamente erst in die Tonne tun, kurz bevor der Müll abgeholt wird.

### ► MEHR INFORMATIONEN

#### Weiterführende Links:

Eine Auswahl geprüfter Informationen zum Thema finden Sie unter dem Suchwort „Antibiotikatherapie“ auf:

<http://www.patienten-information.de/>

Das Informationsblatt „Behandlung mit Antibiotika“ steht unter

<http://www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten/>

#### Quellen:

Der Inhalt dieser Information beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Forschungsergebnissen und Empfehlungen für Patienten von Patienten. Alle benutzten Quellen finden Sie hier:

<http://www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten/antibiotika/quellen>

DOI: 10.6101/AZQ/000076

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Im Auftrag von: Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV) und Bundesärztekammer (BÄK)

Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555

E-Mail/Ansprechpartner: [mail@patinfo.org](mailto:mail@patinfo.org)

[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)

[www.aezq.de](http://www.aezq.de)



Mit freundlicher Empfehlung