

Tsunami in Zeitlupe |

Tatsächlich hat die Weltgesundheitsorganisation (WHO) multiresistente Keime erst Anfang 2019 zu einer der größten Gesundheitsgefahren weltweit erklärt. Im September 2016 hat eine Sonderversammlung der Vereinten Nationen (UN) stattgefunden. Damals verständigten sich die VertreterInnen der Weltgemeinschaft erst zum dritten Mal seit der Gründung der UN auf gemeinsame Leitlinien im Gesundheitswesen, diesmal um gesundheitliche Gefahren und Risiken von multiresistenten Keimen gemeinsam zu bekämpfen.

Seit Jahrzehnten stagniert die Entwicklung neuer Antibiotika, an die sich die Bakterien noch nicht angepasst haben. Zu teuer und unrentabel ist der Prozess meist für die Pharmafirmen. Gleichzeitig wurden seit Jahrzehnten weltweit Antibiotika in der Tiermast eingesetzt – auch bei völlig gesunden Tieren, zur Ertragssteigerung und zur Vorbeugung. Über die Tiere gelangen die resistenten Keime in die Umwelt – und in den menschlichen Körper.

„Was wir jetzt erleben, ist ein Tsunami in Zeitlupe“

Margaret Chang
(ehemalige Generaldirektorin der WHO, im September 2016)

Die Medien haben in letzter Zeit häufig von den Gefahren berichtet, die von MRSA und anderen multiresistenten Erregern ausgehen. Viele Menschen sind dadurch beunruhigt.

Relevant für diese Entwicklung ist einerseits ein teilweise zu sorgloser und überflüssiger Einsatz von Antibiotika (v.a. Industrieländer) und andererseits mangelnde allgemeine hygienische Standards in der medizinischen Grundversorgung (v.a. Entwicklungsländer).

Der Film von Regisseur und Drehbuchautor Michael Wech ist ein fesselnder Überblick über verzweifelt kämpfende Ärzte, aufbegehrende Wissenschaftler, mit dem Tod ringende Patienten und Diplomaten, die nach einer globalen Lösung suchen. Empfehlenswert!

Einige Aspekte haben wir nach dem Film anschließend noch gemeinsam diskutiert. Wir hoffen, durch solche Infoveranstaltungen können wir über die Thematik und deren gesundheitliche Aspekte aufklären bzw. noch mehr sensibilisieren.

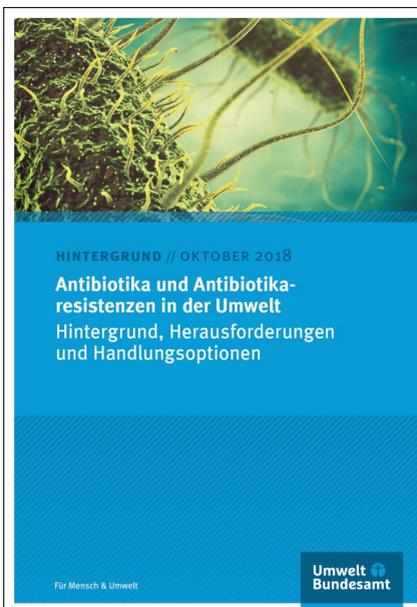
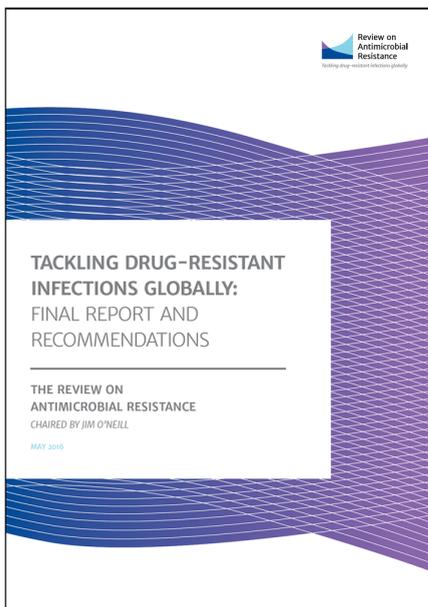
Lesetipps / Quelle:

The Review on Antimicrobial Resistance ([Link](#)) // [Endbericht \(PDF\)](#)

Antibiotika und Antibiotikaresistenzen in der Umwelt - Hintergrund, Herausforderungen und Handlungsoptionen ([Link](#)) // [Bericht \(PDF\)](#)

ZEITUNG ZEIT Online - [Rubrik: Antibiotikum](#)

Beratungsergebnisse - Rat der Europäischen Union // [Schlussfolgerungen des Rates \(14. Juni 2019\)](#)



Nun kommt der Sommer wirklich |

Eine stärkere Wärmebelastung kann Wohlbefinden, Schlafqualität, Leistungsfähigkeit und Psyche von Menschen aller Altersstufen beeinflussen.

Damit Hitzewellen unbeschadet überstanden werden, braucht es Kenntnisse über die gesundheitlichen Gefahren und die Fähigkeit, für sich selbst geeignete Maßnahmen zu treffen. Bereits geschwächte, kranke oder behinderte Personen, Menschen, die alleine leben oder sozial isoliert sind, psychisch Kranke und Menschen, die Beruhigungsmittel zu sich nehmen, können oft nicht auf die Anzeichen von Hitzestress reagieren. Besonders gefährdet sind ältere Menschen. Sie besitzen generell eine schlechtere Wärmeregulation des Körpers, schwitzen weniger und sind oft nicht in der Lage, auf die hohe Temperatur zu reagieren. Das verminderte Durstgefühl warnt sie auch nicht vor beginnendem Flüssigkeitsverlust. Herz und Kreislauf sind schnell überfordert. Blutdruck, Herz- und Atemfrequenz steigen. Flüssigkeitsverlust, Überwärmung, Ermattung, Bewusstlosigkeit, Hitzekrämpfe und Todesfälle sind die gefährlichen Konsequenzen.

Das Österreichische Rote Kreuz gibt ein paar Tipps, um einem Hitznotfall vorzubeugen. Wie z.B. die Trinkflasche sollte im Sommer ein ständiger Begleiter sein. Außerdem sollte man regelmäßig Pausen machen und in der prallen Sonne eine Kopfbedeckung tragen. Zu Mittag, wenn die Hitze am Größten ist, ist es ratsam, sich wenn möglich wenig bis gar keinen körperlichen Anstrengungen auszusetzen und im Schatten zu bleiben. Auch die Kleidung sollte man an die Temperaturen anpassen: Weite, luftige Kleidung und Sonnencremes mit hohem Lichtschutzfaktor schützen vor Sonnenbrand und Hautkrebskrankungen.

Wenn dem Körper die Temperaturen dennoch zu viel werden, macht er sich mit bestimmten Warnsignalen bemerkbar.

„Kopfschmerzen, Schwindel, Schläppheit, Krämpfe in Armen oder Beinen, ein trockener Mund bis hin zu Übelkeit und Erbrechen – das alles kann auf einen Hitznotfall hindeuten.“, erklärt Erste-Hilfe-Experte Mathias Amon. Denn wenn die Wärmeregulation des Körpers nicht mehr funktioniert, steigt die normale Körpertemperatur von zwischen 36 und 37 Grad Celsius auf 40 Grad Celsius oder mehr an und kann nicht mehr durch Schwitzen gekühlt werden. Das Risiko für einen Hitzeschlag ist vor allem bei sehr warmer Umgebungstemperatur und feucht-schwüler Witterung gegeben – und so ein Hitzeschlag kann lebensgefährlich sein.

SONNENSTICH | Es sind die UV-Strahlen, die auf den ungeschützten Kopf einwirken und zum „Sonnenstich“ führen. Besonders SportlerInnen sind hier gefährdet, die stundenlang bei praller Sonne unterwegs sind – und keine Kopfbedeckung tragen.

Symptome: Kopfschmerzen, Nackensteifigkeit, Übelkeit bis zum Erbrechen.

HITZSCHLAG | Wenn man sich bei großer Hitze besonders anstrengt und die Körperkühlung durch das Schwitzen nicht mehr ausreicht, wird die Hitze im Körper gespeichert – es kommt zum Hitzschlag.

Symptome: hochroter Kopf, heiße, trockene Haut, hohe Körpertemperatur, Bewusstseinsstrübung bis hin zur Bewusstlosigkeit.

ERSTE HILFE | Das ist bei Sonnenstich und Hitzschlag zu tun:

Die Person sofort in den kühlen Schatten bringen.

Lagerung mit aufrechtem Oberkörper.

Öffnen der Kleidung.

Auflegen von kühlen Tüchern auf die Stirn und den Oberkörper.

Tritt nicht bald eine Besserung ein, ist der Notruf zu wählen.

Quelle: Erste Hilfe bei Hitzefällen - Österreichisches Rotes Kreuz; 07.08.2018; <https://www.rotekreuz.at/news/datum/2018/08/07/erste-hilfe-bei-hitzefaelen-1>;

Schweiz / Bundesamt für Gesundheit BAG: Gesund leben > Umwelt & Gesundheit > Hitze; <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/umwelt-und-gesundheit/hitze.html>;

Schutz bei Hitzewelle - Informationsmaterialien von BAG und BAFU; Rita Moll, Andreas Biedermann;

Schutz bei Hitzewelle - Drei goldene Regeln für Hitzetage (Flyer) (PDF, 351 kB, 21.06.2017); <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/das-bag/publikationen/broschueren/broschueren-poster-klimawandel-gesundheit/flyer-hitzetage-3-regeln.html>