

Merkblatt für Patienten mit durch Zecken übertragenen chronischen Erkrankungen

(von Dr. med. Barbara Weitkus)

1. Beschwerdefragebogen bzw. Symptomliste - bitte äußerst korrekt ausfüllen

- Genaue Zeitangabe, wann Zecken- oder Insektenstich bemerkt wurde. Wenn keine Zecke bemerkt wurde, angeben ob und wann Sie sich in wald- oder seenreichen Gebiet aufgehalten haben.
- Genaue Angabe ab wann (Monat, Jahr) Beschwerden aufgetreten sind. Auch Beschwerden, die Sie bisher wenig beachtet haben, wie z. B. Müdigkeit, Muskel- und Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen, Wesensveränderungen, Schwitzen u. a. m. als Folge der Infektion werten und angeben.

2. Symptomtagebuch - Ganz wichtig, bitte unbedingt führen

Das Symptomtagebuch ist Voraussetzung für die Behandlung

- Die Laborwerte ändern sich trotz Behandlung jahrelang nicht, Antikörper, die gebildet wurden, bleiben lange Zeit bestehen. Aber wenn die Symptome nachlassen und später verschwinden, ist es für mich ein Zeichen für den Behandlungserfolg.

<u>Symptome</u>	Jede Woche eine Spalte							
	1	2	3	4	1	2	3	4
Kopfschmerzen	+++	+++	++	++	++	++	+	+
Schwindel	+++	+++	+++	+++	+++	+++	+++	++
Müdigkeit	+++	+++	+++	+++	+++	+++	++	++
Gelenkschmerzen	++	++	++	θ	θ	θ	θ	θ
Schwitzen	+	+	+	+	+	θ	θ	θ

- +++ starke Beschwerden
- ++ weniger Beschwerden
- + eichte Beschwerden
- θ keine Beschwerden

3. Warum ist die Symptomliste für mich als Arzt so wichtig?

Vom Umfang und Ausmaß der Beschwerden lassen sich Rückschlüsse über die Schwere der Erkrankung und die voraussichtliche Dauer der Behandlung ziehen. Je länger die Infektion zurückliegt, (deshalb ist die Zeitangabe so wichtig!) desto mehr Gelegenheit hatten die Erreger sich im Körper auszubreiten und desto intensiver und länger muss ich behandeln.

Wenn die Symptome nachlassen oder verschwinden, kann ich das als Behandlungserfolg werten. Laborwerte eignen sich nur begrenzt zur Beobachtung des Krankheitsverlaufs.

Kriterium für das Ende der Therapie ist 4 Wochen Symptomfreiheit.

4. Was verstehen wir unter Herxheimer-Reaktion?

Während der Therapie zerfallen die Bakterien. Sie geben dabei Toxine (Giftstoffe) frei. Für den Patienten hat das zur Folge, dass Symptome die bisher bestanden, sich verstärken können oder sogar neue Symptome hinzukommen. So belastend, wie das sich für den Patienten auswirkt, weil es ihm während der Therapie schlechter geht als vorher, für mich ist es ein Zeichen, dass die Behandlung wirksam ist. Man darf deshalb nicht aufgeben, sondern muss diese Phasen möglichst durchstehen. Sollten die Beschwerden dabei unerträglich sein, kann man eine Pause einlegen oder die Dosis vorübergehend reduzieren. Das entscheide ich von Fall zu Fall.

5. Was muss man bei der Therapie beachten?

- Die Bakterien entwickeln verschiedene Überlebensstrategien:
- Sie ziehen sich in schlecht durchblutetes Gewebe zurück wo das Antibiotikum nur schwer anflutet.
- Sie bilden zellwandlose Formen und gehen in das Zellinnere.
- Sie können ihre Oberflächenantigene umwandeln und sind dann vom Immunsystem schwer zu identifizieren.
- Sie bilden Cysten in denen sie Antibiotika überleben. Aus einem Cysteninhalte kommen 50 neue Bakterien.
- Sie bilden eine gelartige Masse (Biofilme) in der sie sich einnisten.
- Mit einem Zeckenstich können gleichzeitig mehrere Erreger übertragen werden. (Co-Infektion)
- Ruhende Infektionen können als Folge des geschwächten Immunsystems wieder aufflackern.

Deshalb müssen Antibiotika in den Therapieplan eingearbeitet werden die in der Lage sind:

- in schlecht durchblutetes Gewebe und ins Zellinnere einzudringen, die Blut-Hirn-Schranke zu überwinden, in Zysten und Biofilme einzudringen.
- Antibiotika die das gesamte Erregerspektrum erfassen.

Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, verwenden wir verschiedene Strategien beim Einsatz der Antibiotika:

- Hohe Dosierung, lange Anwendung, abwechselnde Anwendung von Antibiotika mit verschiedener Wirkungsweise,
- erregerspezifischer Einsatz,
- Kombination mehrerer Antibiotika die sich in ihrer Wirkungsweise ergänzen,
- Gepulste Therapie: Therapiezyklen und Pausen im Wechsel
- Intravenöse Therapie, um hohe Wirkspiegel zu erreichen

Das wichtigste Prinzip der Therapie – ausreichend hoch dosiert und ausreichend lange behandeln!

Nebenwirkung, Zusatztherapie

- Wenn die Darmflora in Mitleidenschaft gezogen wird, entsteht Durchfall. Dann sollte man zusätzlich Perentetol, Mutaflor bzw. Symbioflor und Lactobazillus einnehmen. Außerdem Kohletabletten, bzw. bei Kindern Diarrhoesan.
- Bei möglicher Pilzbesiedelung wird ein Nystatinpräparat verordnet.

- Gegen Schmerzen stehen Schmerzmedikamente zur Verfügung. Man kann auch Pausen einlegen oder die Dosis vorübergehend reduzieren.
- Wurmkuren sollen verhindern, dass Bakterien in Würmern überleben.
- Unterstützende Maßnahmen und Medikamente erhalten Sie im Anhang eine gesonderte Zusammenstellung.

Meine Empfehlung:

Legen Sie sich eine persönliche Akte an, diese sollte enthalten:

Symptomliste und Symptomtagebuch,
Befunde in chronologischer Reihenfolge,
Therapiezusammenstellung Medikamente von – bis
Dosierung am Tag

Unterstützende Therapie

Diese Regeln sollten eingehalten werden, wenn die Symptome dauerhaft beseitigt werden sollen:

- Ausreichend Schlaf, keine Übermüdung,
- kein Alkohol, nicht rauchen,
- intensive körperliche Bewegung, aber kein Kraftsport (Wandern, Rad fahren, Schwimmen u. ä.),
- Nahrung: hochwertiges Eiweiß, wenig Fett und Kohlehydrate,
- Kohlehydrate mit niedrigem glykämischen Index (Vollkorn, Hafer – Weizenkleie),
- Nahrungsergänzungsmittel besonders Vitamine (Obst, Gemüse),
- Sauna oder heiß baden zur Toxinausschwemmung,
- kein Elektrosmog (Handy, Funkuhr) besonders im Schlafraum elektrische Geräte ausschalten,
- Ernährung möglichst glutenfrei,
- Während der Antibiotikaeinnahme (besonders bei Tetracyclinen) direkte Sonneneinstrahlung meiden, es können allergische Hautreaktionen entstehen.

Naturheilkundliche Ergänzung zur antibiotischen Therapie

- **Zur Unterstützung des Immunsystems**
GlutaCell 2 Kapseln täglich
Viathen-T 3-mal eine Tablette täglich
TNF-direkt 3-mal eine Kapsel täglich
- **Zur Entgiftung** und Ausleitung, Darmsanierung und Entlastung der Leber
Ferulith 6 Kapseln täglich
Chlorellaalgen
- **Zur Darmsanierung**
Milchsäurebakterien für den Darm
Kefir (joghurtähnliches Getränk) 120-140 g pro Tag
LGG- Kapseln 2 Kapseln täglich
Für Kinder Infekto Diarrstopp 2 Beutel täglich

- **Vitaminsubstitution**
 Vitamin-B Komplex 50 mg täglich, fördert die Durchblutung, neurologische Symptome bessern sich
 Bei schwerer Neuropathie zusätzlich Vitamin-B6 50 mg täglich
 Vitamin C 500 mg täglich
- **Säuresenkende Medikamente**
 Basic Pulver täglich ein Beutel
 Protonenpumpenhemmer Omeprazol 20 mg täglich eine Tablette
 Bakterien leben im sauren Milieu
 In der Apotheke sind Urinstreifen erhältlich, die den pH-Wert anzeigen. Ein pH-Wert zwischen 5 und 7 ist normal. Bei einem pH-Wert über 7 befinden Sie sich im basischen Milieu. Dann sind säuresenkende Medikamente nicht erforderlich. Bei einem pH-Wert unter 5 sollten Sie säuresenkende Medikamente einnehmen.
- **Wirksubstanzen, die im begrenzten Umfang Bakterien und Protozon vernichten**
 Artemisia (Beifuß Extrakt) 2-mal täglich eine Kapsel zu 600 mg.
 Kardenwurzel
 Gefriergetrockneter Knoblauch 2-mal täglich eine Kapsel
 Grapefruitextrakt
 Kurkuma
- **Wirksubstanzen, die dazu beitragen, den Biofilm aufzulösen**
 Samento (Katzenkrallen) und Banderol (Muskatnussgewächs)
 Stevia
- **Bei Polyneuropathie**, Missempfindungen wie Ameisenlaufen, Brennen, Schmerzen, Taubheitsgefühl, Sensibilitätsstörungen
 Unilipon 600 mg (alpha-Liponsäure) 1 Tablette täglich
- **Omega 3 Fettsäuren** bei Müdigkeit, Schmerzen, Schwindel, Schwäche, Depression, Konzentrationsschwäche,
- **Magnesium** bei Tremor, Muskelzuckungen, Muskelschmerzen, allgemeiner Schwäche.