

Hefepilzinfektionen des Verdauungstrakts

Ratgeber
für Patienten





Inhalt

Wie kommt es zu einer Hefepilzinfektion?	4 5
Was schwächt das Immunsystem?	6 7
Welche Folgen kann eine Hefepilzinfektion haben?	8 9
Wie kann man eine Hefepilzinfektion feststellen?	10 11
Was kann man gegen Hefepilzinfektionen tun?	12 13
Wo und wie kann Nystatin angewendet werden?	14 17
Was können Sie selbst außerdem tun?	18 19

*Liebe Patientin,
lieber Patient,*

sprechen wir von Hefe, denken wir meist an Backzutaten oder Bier. Weniger bewusst machen wir uns, dass es sich dabei um einen Pilz handelt. Hefepilze spielen aber nicht nur in der Nahrung eine Rolle, auch in einem ganz anderen Zusammenhang haben wir mit ihnen zu tun. Sie sind permanente Gäste unseres Körpers, nur bemerken wir das nicht, solange alles „normal“ ist.

Wir bemerken Hefepilze erst dann, wenn sich ihre speziellen Vertreter, die so genannten humanpathogenen Hefepilze, rasant vermehren und als Hefepilzinfektion hartnäckige Erkrankungen auslösen.

Dermapharm möchte Sie in der vorliegenden Broschüre mit den wichtigsten Hintergründen bei der Entstehung und Behandlung von Hefepilzinfektionen im Magen-Darm-Trakt vertraut machen, damit Sie sich bald wieder wohlfühlen.

Wie kommt es zu einer Hefepilzinfektion?



Meist werden Hefepilzkrankungen beim Menschen durch *Candida* hervorgerufen. 1839 konnte dieser Vertreter der Pilze erstmals mikroskopisch nachgewiesen und als Erreger von Infektionen beim Menschen identifiziert werden.

Unter den verschiedenen *Candida*-Arten ist wiederum *Candida albicans* der Verursacher der meisten Hefepilzkrankungen. Der Arzt bezeichnet diese Erkrankungen auch häufig als Candidose oder Soor.

Woher aber kommen diese Hefepilze?

Den Kontakt mit den Hefepilzen können wir im Grunde gar nicht vermeiden. Sei es über Nahrung oder Körperkontakt – wir kommen täglich mit ihnen in Berührung. Und im Grunde gehören sie bei den meisten Menschen zur normalen Haut- und Schleimhautflora. Krankmachend sind sie erst dann, wenn eine „Neubesiedlung“ von unserem Körper nicht abgewehrt werden kann, und sich die Neuankömmlinge oder unsere ohnehin vorhandenen „Gäste“ übermäßig vermehren.

Wie wird aus Kontakt eine Infektion?

Üblicherweise verursacht der einfache Kontakt mit *Candida*-Hefen noch keine Erkrankung. Bei vielen Menschen können *Candida*-Pilze in der Mundhöhle oder im Darm gefunden werden, ohne dass diese zwangsläufig Krankheitserscheinungen hervorrufen.

So lange unser Immunsystem einwandfrei funktioniert, ist es in der Lage die gefährlichen *Candida*-Hefen in Schach zu halten. Ein aktives Immunsystem sowie die Anwesenheit anderer mikrobieller Organismen, wie der Darmbakterien, schränkt die Ausbreitung der *Candida*-Pilze im Darm nachhaltig ein und wir bleiben gesund. Fallen diese hemmenden Einflüsse jedoch fort, können sich die Pilze nahezu ungehemmt im Darm vermehren.



„Ist das Immunsystem schwach, können sich Pilze dies zunutze machen.“

Was schwächt das Immunsystem?

Ist die körpereigene Abwehr schwach, wie bei Neugeborenen und Säuglingen, die noch kein ausgebildetes Immunsystem haben, oder treten Bedingungen auf, die die körpereigene Abwehr nachhaltig schwächen, können sich Pilze dies zunutze machen.

Eine Chemo- oder Strahlentherapie, wie sie bei einer Krebsbehandlung notwendig werden kann, gehört zu den Faktoren, die das Immunsystem ungewollt „von außen“ schwächen, ebenso eine langzeitige Einnahme von Kortison. Medikamente, die absichtlich die Immunabwehr „herunterfahren“, werden zum Beispiel nach einer Organtransplantation angewendet und setzen ebenfalls die körpereigene Abwehr gegen Pilze außer Kraft. Verschiedene chronische Erkrankungen wie Diabetes oder AIDS können ebenfalls die Entstehung von Hefepilzinfektionen begünstigen, und auch wer Antibiotika über einen längeren Zeitraum einnehmen muss,

hat häufig mit Candida-Infektionen im Magen-Darm-Trakt zu kämpfen.

Antibiotika schädigen – unerwünscht aber unvermeidbar – die schützende bakterielle Darmflora.

Die Anzahl der Candida-Hefen und ihre negative Wirkung stehen also in einem engen Zusammenhang mit unserer körperlichen Verfassung.

Welche Folgen kann eine Hefepilzinfektion haben?

Die typischen Symptome einer Pilzinfektion im Verdauungstrakt sind Blähungen, eine stark wechselnde Stuhlqualität, sowie wiederholt auftretende Durchfälle, häufig im Wechsel mit Verstopfungen.

Der Darm erfüllt eine sehr wichtige Funktion in unserer Immunabwehr. Deshalb kann es bei einer Pilzerkrankung des Magen-Darm-Trakts zu einem fatalen Zirkelschluss kommen: Ist das Immunsystem geschwächt, begünstigt das auch Hefepilzkrankungen im Darm. Diese Pilzerkrankung zieht wiederum die wichtige Immunaktivität des Darms so in Mitleidenschaft, dass dies zu einer weiteren Schwächung des Immunsystems führt und in letzter Konsequenz den gesamten Organismus schwächt. Die Folgen eines Hefepilzbefalls im Magen-Darm-Trakt beschränken sich wegen dieses komplexen Zusammenspiels oft nicht nur auf Verdauungsprobleme, Durchfall oder Blähungen.

Andere Organe, die nicht direkt etwas mit dem Verdauungssystem zu tun haben, bilden Symptome aus, die auf einen Hefepilz-Befall des Magen-Darmtraktes zurückgeführt werden können.

Die äußere Haut, die Schleimhaut im Mund, im Rachen oder die der Scheide, selbst wichtige Barrieren gegen Eindringlinge, werden in Mitleidenschaft gezogen.

Unterbleibt eine angemessene Therapie des Magen-Darm-Trakts, ist ein wiederholtes Auftreten hartnäckiger Hefepilzkrankungen auf der Haut nicht auszuschließen.

Eine Hefepilzkrankung kann sich unter Umständen auch auf andere, schon bestehende Erkrankungen „aufsetzen“ und die Betroffenen durch zusätzliche Symptome belasten. Eine Candida-Infektion kann beispielsweise zu einer Verschlechterung des Krankheitsbildes bei chronisch-entzündlichen Hauterkrankungen wie Neurodermitis oder Schuppenflechte beitragen. Des Weiteren gibt es auch Vermutungen, dass die chronische Nesselsucht, eine Erkrankung über deren genaue auslösende Ursachen bis heute noch wenig bekannt ist, zumindest in einigen Fällen durch Abwehrreaktionen auf eine übermäßige Pilzbesiedlung im Darm ausgelöst wird.





Wie kann man eine Hefepilzinfektion feststellen?

Ist die Haut oder Schleimhaut befallen, so genügt dem Arzt oder Therapeuten meist ein kurzer Blick, um die Diagnose zu stellen. Bei manchen Hauterkrankungen ist allerdings das Anlegen einer Pilzkultur erforderlich.

Besteht der Verdacht auf eine Pilzinfektion des Magen-Darm-Trakts, so ist der Nachweis schwieriger zu führen. Um die ersten Hinweise auf eine Hefepilzinfektion des Darms, wie Blähungen, Durchfälle unklarer Herkunft, auch im Wechsel mit Verstopfungen, als Pilzinfektion zu bestätigen, ist es sinnvoll, eine Stuhlkultur anzulegen.

Sie bekommen von Ihrem Arzt ein steriles Röhrchen, an dessen Deckel ein kleines Schälchen befestigt ist. Mit diesem können Sie zuhause die Probe entnehmen und in das Röhrchen geben.

Da sich Hefepilze nicht gleichmäßig im Stuhl verteilen, sondern häufig Nester bilden, empfiehlt es sich an mehreren Stellen (mind. an 8 - 10) kleinere Proben aus dem Stuhl zu entnehmen und diese unverzüglich zum Arzt zu bringen.

Stuhlproben sollten nicht lange gelagert werden, um eine Verfälschung der Ergebnisse zu vermeiden.

Weitere Methoden zur Identifikation einer Candida-Infektion sind das Anlegen von Kulturen aus Abstrichen der Mund- oder Analschleimhaut und das Durchführen verschiedener Bluttests auf mögliche Antikörper gegen Candida-Pilze.



Was kann man gegen Hefepilzinfektionen tun?

Das Fundament jeder Pilztherapie ist die medizinische Behandlung. Es gibt sehr wirksame, nebenwirkungsarme Medikamente gegen Hefepilze, zu denen insbesondere der Wirkstoff Nystatin zählt, der seit nahezu mehr als 50 Jahren erfolgreich in der Pilztherapie eingesetzt wird.

Der große Vorteil von Nystatin ist seine ausgezeichnete Verträglichkeit. Es kann sowohl lokal auf der Haut und den Schleimhäuten als auch innerlich angewendet werden. Da Nystatin nicht ins Blut aufgenommen wird, sind unerwünschte systemische Wirkungen so gut wie ausgeschlossen.

Nystatin kann auch während der Schwangerschaft und in der Stillzeit eingenommen werden und ist im Gegensatz zu Antibiotika unschädlich für die schützenden Darmbakterien.

Inzwischen werden nystatinhaltige Arzneimittel für die Behandlung nahezu aller Formen von Candida-Infektionen angeboten und sind rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

Es gibt darüber hinaus auch verschreibungspflichtige Arzneimittel zur Behandlung und Vorbeugung von Hefepilzerkrankungen, z.B. mit dem Wirkstoff Amphotericin B.

Nystaderm®



Wo und wie kann Nystatin angewendet werden?

Zur Behandlung von Hefepilzinfektionen des Verdauungstrakts werden in erster Linie nystatinhaltige Tabletten eingesetzt (z.B. **Nystaderm®** Filmtabletten). Dabei werden üblicherweise 3-mal täglich nach den Mahlzeiten 1-2 Filmtabletten unzerkaut mit etwas Flüssigkeit eingenommen. Falls notwendig, kann die Dosis von **Nystaderm®** Filmtabletten erhöht werden.

Falls parallel dazu ein Mund- oder Rachensoor besteht, kann zusätzlich ein nystatinhaltiges Mundgel (z.B. **Nystaderm®** Mundgel) oder eine nystatinhaltige Suspension (z.B. **Nystaderm®-S** Suspension) angewendet werden.

Diese werden in der Regel bei Kindern (> 2 Jahren) und Erwachsenen je nach Schweregrad ebenfalls nach den Mahlzeiten 4-mal täglich mit 0,5- 1 Messlöffel bzw. 0,5- 1 ml angewendet. Sowohl das Gel als auch die Suspension sollten dabei unter Zuhilfenahme des Fingers

oder eines Wattestäbchens auf die befallenen Stellen aufgetragen und einmassiert werden. Je länger das Gel oder die Suspension in der Mundhöhle verbleibt, desto besser ist seine therapeutische Wirkung.

Der Vorteil des Mundgels besteht dabei in einer besseren Haftfähigkeit in der Mundhöhle, während die Suspension aufgrund ihrer flüssigen Konsistenz besser in tiefer gelegene Rachenbereiche gelangt.

Aus diesem Grund empfiehlt sich die Anwendung des Mundgels bevorzugt bei ausschließlichem Befall der Mundhöhle, während die Suspension eher zur Anwendung bei Rachensoor mit anschließendem Befall der Speiseröhre geeignet ist. Um die Wirkung der Suspension noch zu verbessern, kann man sie im Liegen anwenden, denn so verbleibt das Arzneimittel auch länger im Rachen- und Speiseröhrenbereich.

Die Anwendung von Mundgel oder Suspension kann eine Behandlung mit **Nystaderm®** Filmtabletten bei besonders hartnäckigen Candida-Infektionen des Magen-Darm-Trakts zusätzlich unterstützen. Nystatinhaltige Cremes und Pasten (z.B. **Nystaderm®** Creme und **Nystaderm®** Paste) sind zur lokalen Behand-

„Beenden Sie die Therapie nicht ohne Rücksprache mit Ihrem Therapeuten.“



lung von Hefepilzinfektionen der Haut gut geeignet.

Eine Hefepilzinfektion im Magen-Darm-Trakt erweist sich oft als ziemlich hartnäckig. Dies kann verschiedene Ursachen haben. Manche Patienten brechen die Therapie zu früh ab, z.B. weil die Krankheitssymptome zurückgegangen sind und sie fälschlicherweise annehmen, die Behandlung sei bei Symptommfreiheit erfolgreich abgeschlossen. Erreger können aber auch nach Abklingen der Symptome noch vorhanden sein. Sie verschwinden erst einige Zeit später. Man geht davon aus, dass die erkrankten Bereiche 8-10 Tage weiter behandelt werden müssen. Ob die Therapie erfolgreich war, kann aber nur ein Arzt feststellen.

Bitte halten Sie sich deshalb genau an die Empfehlungen Ihres Therapeuten und beenden Sie die Therapie nicht ohne Rücksprache.

Ein anderer Grund, warum eine Hefepilzinfektion immer wieder erneut ausbricht, kann darin bestehen, dass die auslösende Ursache, wie eine Schwächung der Immunabwehr und/oder der schützenden Darmflora, weiter besteht. Patienten mit dauernd geschwächter Immunabwehr, wie es bei chronischen Erkrankungen wie z.B. Diabetes mellitus der Fall ist, sind meist anfälliger für

das Auftreten von Hefepilzinfektionen.

Hier kann eine prophylaktische Behandlung mit Nystatin empfehlenswert sein, um einen Befall gar nicht erst zuzulassen.

Einer Ansiedelung von Pilzen im Darm kann z.B. mit **Nystaderm®-S** Suspension vorgebeugt werden (Kolonisationsprophylaxe), selbst wenn noch keine Anzeichen einer Hefepilzerkrankung festzustellen sind. Eine Magen-Darm-Behandlung mit Nystatin kann sich auch auf Patienten positiv auswirken, die unter hartnäckig wiederkehrenden Candida-Infektionen der Haut oder der Schleimhäute leiden.

Nystaderm® Paste/Creme/Mundgel/Suspension/Filmtabletten

Wirkstoff: Nystatin. **Anwendungsgebiete:** Paste/Creme: Nachgewiesene Nystatinempfindliche Hefepilzinfektionen der Haut, insbesondere mit Beteiligung von *Candida* spp., wie z.B. Windelcandidose. Mundgel: Nystatinempfindliche Hefepilzinfektionen der Mundhöhle (Mundsoor). Suspension zusätzlich: Nystatinempfindliche Infektionen des Rachen-Raumes und der Speiseröhre sowie zur topischen intestinalen Behandlung nachgewiesener Nystatinempfindlicher Hefepilzinfektionen und zur Kolonisationsprophylaxe des Magen-Darm-Traktes, insbesondere bei Kindern und Säuglingen. Filmtabletten: Topische intestinale Behandlung nachgewiesener nystatinempfindlicher Hefepilzinfektionen des Magen-Darm-Traktes, insbesondere als Folge einer Therapie mit Antibiotika, Zytostatika oder Kortikoiden. **Warnhinweise:** Creme: Enthält Methyl-4-Hydroxybenzoat, Cetylalcohol und 100 mg Propylenglykol pro 1 g. Filmtabletten: Enthält 102 mg Lactose und Ponceau 4R, Aluminiumsalz und Azorubin, Aluminiumsalz. Aluminiumsalze können allergische Reaktionen hervorrufen. Suspension und Mundgel: Enthalten Parabene E 216 und E 218 und Saccharose (Zucker). Mundgel und Filmtabletten: Enthält weniger als 1 mmol (23 mg) Natrium pro 1 g. Suspension und Mundgel zusätzlich: Enthält ein Aroma mit Zimtaldehyd, Propylenglycol, Geraniol, Citronellol und Linalool. Stand: 01/2023

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.

Was können Sie selbst außerdem tun?

Sie selbst können durch hygienische und die Immunabwehr stärkende Maßnahmen das Risiko einer Wiederansteckung verhindern.

Tipps

Insbesondere bei vorliegendem Mund- und/oder Rachensoor gilt:

- Nach jedem Essen die Zähne putzen.
- Zahnbürste am 1. und 3. Tag der Therapie wechseln, anschließend alle 2 Wochen (Tipp: Es gibt Zahnbürsten mit auswechselbarem Kopf!).
- Unter Umständen empfiehlt sich die Anwendung einer antiseptischen Gurgellösung.
- Bewahren Sie die Zahnbürste zur Desinfektion in einem Becher mit antiseptischer Gurgellösung auf.
- Regelmäßige Reinigung von Zahnprothesen oder Zahnspangen.

Insbesondere bei bestehenden Hefepilzinfektionen der Haut und/oder Schleimhäute gilt:

- Wechseln Sie häufig die Bettwäsche.
- Wechseln Sie täglich Handtücher, Waschlappen und Wäsche, die Sie direkt auf dem Körper tragen.
- Waschttemperaturen ab 60 °C töten alle Pilzsporen; muss bei niedrigeren Temperaturen gewaschen werden, sollte zusätzlich ein Hygienewäschespüler zugegeben werden.
- Benutzen Sie eine milde Hautpflege ohne aggressive Zusätze (z.B. Cutano Waschpflege mit leicht saurem pH-Wert).
- Haut und vor allem Hautfalten immer gründlich abtrocknen.

Sonstige Empfehlungen:

- Essen Sie viel Naturjoghurt; er unterstützt den (Wieder-) Aufbau einer gesunden Darmflora.
- Ballaststoffreiche Nahrungsmittel (z.B. frisches Gemüse, Salate, Vollkornprodukte) enthalten unverdauliche Pflanzenfasern, die den Darm „ausbürsten“ und so auch die Darmwände von den anhaftenden Pilzkolonien befreien können.
- Trinken Sie dazu möglichst viel Mineralwasser, Kräuter- und Früchtetee; dies verbessert auch die Verdaulichkeit einer ballaststoffreichen Nahrung.
- Eine ausgewogene vitamin- und mineralstoffreiche Ernährung unterstützt die körpereigene Abwehr und ist daher generell zu empfehlen.
- Eine absolut zucker- und kohlehydratfreie „Anti-Pilz-Diät“ scheint jedoch nach neueren Erkenntnissen* keinen Vorteil zu bringen, da sich Hefepilze nicht „aushungern“ lassen.

* nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Ernährung

Das Wichtigste aber:

Vertrauen Sie Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin. Fragen Sie, wenn etwas unklar geblieben ist. Er/sie wird nach bestem Wissen und Gewissen eine für Sie optimale Therapie auswählen.

Dermapharm wünscht gute Besserung!



Dermapharm – Umweltschutz

Hauterkrankungen und Umweltveränderungen stehen heute mehr als je zuvor in engem Zusammenhang. Die Haut des Menschen schützt den Organismus vor äußeren Einflüssen, bildet die Grenze und gleichzeitig die Verbindung zu unserer Umwelt. Der Austausch zwischen Haut und Umwelt ist dabei stetig und beidseitig.

Deshalb sehen wir es bei Dermapharm als unsere Verpflichtung an, nicht nur die Haut, sondern auch die Umwelt mit größtmöglicher Sorgfalt und Verantwortung zu behandeln.

Als Unternehmen leisten wir hierzu unseren Beitrag, indem wir alle Arzneimittel und Kosmetika auf technisch hochmodernen Anlagen umweltgerecht produzieren.

Für unsere Geschäftspapiere u.ä. verwenden wir zudem ausschließlich Papier, das einen möglichst hohen Anteil an Altpapier und Recyclingfasern aufweist.

Umweltschutz wird bei Dermapharm als Teil des Selbstverständnisses und zu Gunsten eines vernünftigen Umgangs mit der Natur und ihren Ressourcen verstanden. Diese Praxis werden wir zukünftig noch weiter ausbauen, der Haut und unserer Umwelt zuliebe.

Dermapharm AG

Lil-Dagover-Ring 7
82031 Grünwald

Telefon: 089/6 41 86-0

Telefax: 089/6 41 86-130

service@dermapharm.de

www.dermapharm.de

Entwickelt & hergestellt in

Deutschland

Dermapharm AG

Kompetenz hautnah