



# Hefepilzinfektionen des Verdauungstrakts

Ratgeber für Patienten



**Dermapharm AG**  
Kompetenz hautnah

## Inhalt

Wie kommt es zu einer Hefepilzinfektion? . . . . .	2
Was schwächt das Bollwerk gegen die Pilze? . . .	3
Welche Folgen kann eine Hefepilzinfektion haben? . . . . .	4
Wie kann man eine Hefepilzinfektion feststellen?	6
Was kann man gegen Hefepilzinfektionen tun?	7
Wo und wie kann Nystatin angewendet werden?	8
Was kann man außerdem tun? . . . . .	11

## 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 Kandidose 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. Krank machend 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.

## Was schwächt das Bollwerk gegen Pilze?

Ist das Immunsystem schwach, wie bei Neugeborenen und Säuglingen, die einfach 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 das körpereigene Bollwerk 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 Schöpfelchen 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 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 es 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 Hefepilzkrankungen, z.B. mit dem Wirkstoff Amphotericin B.

## 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 wird üblicherweise 3-mal täglich nach den Mahlzeiten 1 Tablette unzerkaut mit etwas Flüssigkeit eingenommen. In besonders schweren Fällen kann die Dosis auch auf 3-mal täglich 2 Tabletten 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 ebenfalls nach den Mahlzeiten 4-mal täglich mit 0,5-1 ml bzw. 0,5-1 Messlöffel 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 flüssigeren 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 einnehmen, denn so verbleibt das Arzneimittel auch länger im Rachen- und Speiseröhrenbereich. Die Anwendung von Mundgel oder Sus-

pension 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 Behandlung 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. Diese so genannte Magen-Darm-Sanierung kann z.B. mit Nystaderm Filmtabletten durchgeführt werden, selbst wenn noch keine Anzeichen einer Hefepilzerkrankung festzustellen sind. Eine Magen-Darm-Behandlung mit Nystatin kann sich auch für Patienten positiv auswirken, die unter hartnäckig wiederkehrenden Candida-Infektionen der Haut oder der Schleimhäute leiden.

## Was kann man außerdem tun?

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

### **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
- Waschtemperaturen 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 anheftenden 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 Therapeuten. Fragen Sie, wenn etwas unklar geblieben ist. Er wird nach bestem Wissen und Gewissen eine für Sie optimale Therapie auswählen.**

**Dermapharm wünscht gute Besserung!**

## **Nystaderm® Mundgel**

### **Nystaderm® S Suspension**

**Wirkstoff:** Nystatin

**Anwendungsgebiete:** 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.

**Warnhinweis:** Enthält Sucrose (Zucker), E218 und E216.

Stand: 04/2006

## **Nystaderm® Creme/Paste**

**Wirkstoff:** Nystatin

**Anwendungsgebiete:** Nachgewiesene nystatinempfindliche Hefepilzinfektionen der Haut, insbesondere mit Beteiligung von *Candida* spp., wie z. B. Windelkandidose.

**Warnhinweis Creme:** Enthält Methyl-4-Hydroxybenzoat, Cetylalkohol und Propylenglykol.

Stand: 06/2005

## **Nystaderm® Filmtabletten**

**Wirkstoff:** Nystatin

**Anwendungsgebiete:** Zur topischen intestinalen Behandlung nachgewiesener nystatinempfindlicher Hefepilzinfektionen des Magen-Darm-Traktes, insbesondere als Folge einer Therapie mit Antibiotika, Zytostatika oder Kortikoiden.

**Warnhinweis:** Enthält Lactose und Ponceau 4R Aluminiumsalz.

Stand: 04/2006

**Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

## **Dermapharm – Umweltschutz**

Hauterkrankungen und Umwelt stehen in einem engen Zusammenhang. Gerade in der heutigen Zeit wird dies immer mehr erkennbar.

**Dermapharm** sieht es als ihre Verpflichtung an, einen Beitrag zum Umweltschutz zu leisten und produziert ihre Arzneimittel und Kosmetika umweltgerecht auf technisch hochmodernen Anlagen. Dabei werden soweit wie möglich umweltfreundliche Materialien, wie z.B. Braunglas anstelle von PVC, eingesetzt.

Grundsätzlich wird im gesamten Unternehmen Papier mit einem möglichst hohen Anteil an Altpapier und Recyclingfasern für Verpackungen, Faltschachteln, Beipackzettel, Geschäftspapier etc. verwendet. Werbemittel sollen prinzipiell einen praktischen Nutzen haben.

**Dermapharm** wird diese Praxis weiter ausbauen in der Hoffnung, Anstöße geben zu können für einen vernünftigen Umgang mit unseren Ressourcen – unserer Umwelt zuliebe.

**Dermapharm AG**  
Kompetenz hautnah



Luise-Ullrich-Str. 6  
82031 Grünwald

Telefon: 089/64186-0

Telefax: 089/64186-130

E-Mail: [service@dermapharm.de](mailto:service@dermapharm.de)

Internet: [www.dermapharm.de](http://www.dermapharm.de)

Recyclingpapier – spart Energie und Rohstoffe. Ein aktiver Beitrag zum Umweltschutz.

