

---

Subject: Antibiotikum verträglicher machen  
Posted by [Damnithair](#) on Thu, 05 May 2022 13:43:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

aufgrund einer postinfektiösen bzw. reaktiven Arthritis werde ich wohl nochmal Antibiotikum nehmen müssen (wahrscheinlich Clarithromycin, 30+ Tage).

Irgendwelche Tipps, wie ich die Behandlung möglichst schonend gestalten kann?

Aktuell fahre ich low carb/keto und esse viel rohes Gemüse, darunter auch fermentiertes.

Ansonsten werde ich diverse Probiotika nehmen und zusätzlich noch Ballaststoffe in Form von Flohsamenschalen oder ähnliches.

Viel Trinken, ausschließlich Tee (Kräuter) und Wasser.

Falls jemand weitere Tipps hat, bitte gern teilen.

Danke.

---

---

Subject: Aw: Antibiotikum verträglicher machen  
Posted by [pilos](#) on Fri, 06 May 2022 16:29:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Damnithair schrieb am Thu, 05 May 2022 16:43  
Ansonsten werde ich diverse Probiotika nehmen  
viel hype

Darüber hinaus wurde in einer anderen Studie mit insgesamt 21 Teilnehmern[15] gezeigt, dass sich zwar Bakterienstämme der Probiotika in einer künstlich mittels Antibiotika beschädigten Darmflora schnell einnisten. Jedoch hat sich die Regeneration der Darmflora im Vergleich zur Kontrollgruppe ohne Probiotika-Einnahme stark verzögert. Damit kann der Konsum von Probiotika bei Durchfällen oder Magen-Darm-Beschwerden während einer Antibiotika-Therapie sogar kontraproduktiv sein.[4]

---