

Was tun bei bakteriellen Harnblasenentzündungen?



Für viele Frauen sind Blasenentzündungen ein immer wiederkehrendes Thema: ständiger Harndrang, Schmerzen beim Wasserlassen und auch Krämpfe im Unterleib sind die typischen Symptome. Der Zwang sich immer in der Nähe einer Toilette aufzuhalten und das Gefühl von „Muss ich, oder muss ich nicht“ beschreiben viele Betroffene als deutliche Minderung ihrer Lebensqualität. Bei einer fortgeschrittenen und schweren Erkrankung ist eine Antibiotikabehandlung häufig nicht zu vermeiden. Für Infektionen der Harnblase, bei denen E-Coli-Bakterien verantwortlich sind, gibt es die Möglichkeit einer unterstützenden Behandlung mit D-Mannose. Auch die damit mögliche Prävention ist ein wichtiger Aspekt.

Wie entsteht eine Blasenentzündung?

Die häufigste Ursache einer Blasenentzündung ist die Infektion mit E. coli-Bakterien. Gelangen diese Bakterien in die Harnwege, können sie sich an der Blasenschleimhaut festsetzen und eine Entzündung auslösen. Durch die hormonelle Umstellung und die damit verbundene Veränderung der Vaginalflora gehören vor allem Schwangere und Frauen in der Menopause zu den Risikogruppen. Ein geschwächtes Immunsystem, kalte Temperaturen oder die falsche Intimhygiene mit stark parfümierten Pflegeprodukten können eine Blasenentzündung zusätzlich begünstigen. Bei einer Blasenentzündung oder einem Harnwegsinfekt können Symptome wie Schmerzen im Unterbauch, Brennen beim Wasserlassen und eine Trübung des Urins auftreten.

Vorbeugen einer Blasenentzündung:

Gerade im Sommer sind Blasenentzündungen sehr häufig und für IC Patienten bedeuten sie „den Super Gau“.

Daher sollten sie auf folgende Punkte besonders achten:

- 1) **Wechseln Sie nach dem Freibad sofort die nasse Kleidung**
- 2) **Setzen sie sich nicht auf kalte Oberflächen**
- 3) **Bei Verdacht auf eine Blasenentzündung: Nicht einhalten! „Blase trainieren“ hilft nichts. Bitte suchen Sie bei Harndrang lieber umgehend eine Toilette auf.**
- 4) **Nach dem Geschlechtsverkehr zeitnah Wasser lassen. So können mögliche Bakterien direkt ausgeschieden werden**

Aber auch Diabetiker haben ein erhöhtes Infektionsrisiko

Diabetiker gehören zur Risikogruppe für Blasenentzündungen, auch hier sind vor allem Frauen betroffen. Hohe Blutzuckerwerte führen dazu, dass die Niere Glucose in den Urin abgibt. Der ist bekanntermaßen warm und zusammen mit dem Zucker ein idealer Nährboden für Bakterien: Sie können sich schneller vermehren, das Infektionsrisiko steigt. Außerdem kann Diabetes zu einer Blasenfunktionsstörung führen, bei der die Blase nicht ganz entleert wird. Der dauerhafte Restharn kann einer Blasenentzündung ebenfalls Vorschub leisten. Bei Diabetikern kann die Blasenentzündung schwieriger zu diagnostizieren sein, weil sie oftmals keine Schmerzen verursacht.

Behandlungsmöglichkeit bei Blasenentzündungen

Zur akuten Behandlung werden häufig Antibiotika eingesetzt um entzündungsverursachende Keime schnell und effektiv zu bekämpfen und die Infektion einzudämmen. Dabei können auch nützliche Bakterien abgetötet und die Darmflora aus dem Gleichgewicht gebracht werden. Gerade bei wiederkehrenden Beschwerden birgt eine andauernde Antibiotika-Therapie über mehrere Wochen oder Monate die Gefahr von Antibiotikaresistenzen, da sich die Erreger an den Wirkstoff gewöhnen. Auch das vorzeitige Absetzen des Antibiotikums kann dazu führen, dass die Medikamente ihre Wirksamkeit verlieren und bei späteren Infektionen nicht mehr funktionieren. Deshalb ist ein verantwortungsvoller und bewusster Umgang mit Antibiotika wichtig, um die Wirksamkeit im Bedarfsfall sicherzustellen.

Wirkweise von D-Mannose

Eine Möglichkeit der unterstützenden Behandlung und Vorbeugung von Blasenentzündungen und Harnwegsinfekten ist die Einnahme von D-Mannose. FEMANNOSE® N enthält den natürlichen Wirkstoff D-Mannose und kann in der Prävention und unterstützenden Behandlung von Blasenentzündungen eingesetzt werden. Das Zuckermolekül D-Mannose neutralisiert die entzündungsverursachenden E. coli-Bakterien und verhindert deren Ansiedelung an den Schleimhäuten. So können Bakterien beim Wasserlassen mit dem Urin ausgeschieden werden. Um das Ausschwemmen der Bakterien zu beschleunigen, ist bei jeder Blasenentzündung eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme ratsam.

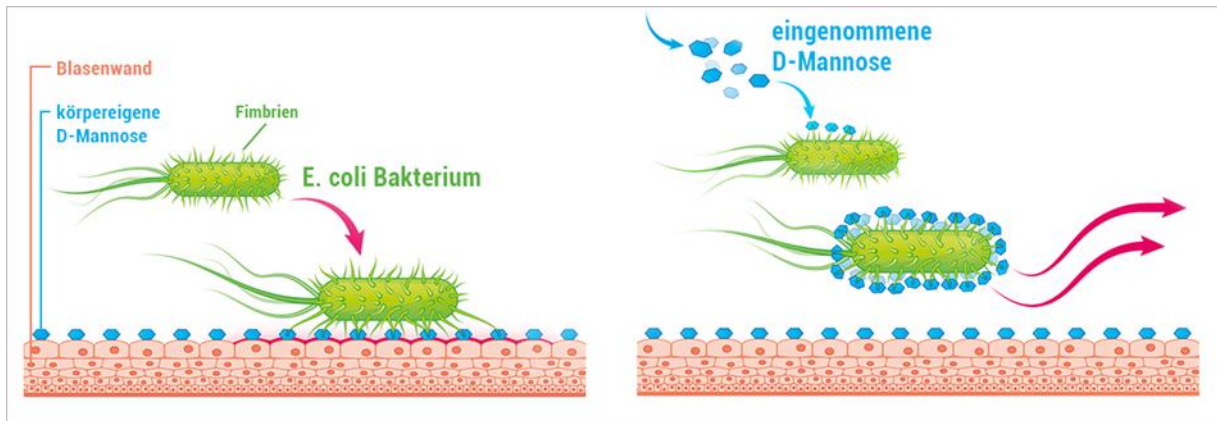


Abbildung: D-Mannose blockiert die Anhaftung von E. coli-Bakterien in der Blasenwand.

Begleitend zur Antibiotikabehandlung kann D-Mannose eine synergistische Wirkung haben. Durch D-Mannose wird die Wirksamkeit des Antibiotikums nicht beeinträchtigt, sondern auf sinnvolle Weise ergänzt. FEMANNOSE® N bildet aufgrund des Wirkmechanismus keine Resistenzen.

Weitere Informationen auf: www.femannose.de oder im ICA-Ernährungsratgeber.