

## Blasenentzündung (Zystitis)

### Liebe Patientin, lieber Patient!

Bei Ihnen wurde eine Blasenentzündung (auch Zystitis genannt) diagnostiziert. Bitte lesen Sie sich die folgenden Informationen gut durch. Dies wird Ihnen helfen, die Erkrankung und die Behandlungsmöglichkeiten besser zu verstehen.

### Was geschieht bei einer Blasenentzündung?

Auslöser der Erkrankung sind meist Bakterien, die in der Blase eine Entzündung verursachen. Zumeist gelangen die Bakterien vom Darmausgang in die Harnwege. Aufgrund der anatomischen Gegebenheiten (Lage des Harnröhrenausgangs, kürzere Harnröhre) erkranken Frauen deutlich häufiger als Männer. Diabetes und Schwangerschaft, die Wechseljahre bei Frauen und eine Prostatavergrößerung bei Männern erhöhen die Wahrscheinlichkeit, an einer Blasenentzündung zu erkranken.

Harnwegsinfekte in der Schwangerschaft, bei Kindern und bei Männern müssen grundsätzlich unverzüglich abgeklärt und behandelt werden! Die folgenden Informationen gelten ausschließlich für einfache Harnwegsinfekte bei Frauen (ohne Schwangerschaft).

### Was Sie über die Behandlung wissen sollten

**1. Beschwerden:** Eine Blasenentzündung kann sich durch verstärkten Harndrang und brennende Schmerzen beim Urinieren bemerkbar machen. Der Urin kann eingetrübt oder auch blutig sein und einen üblen Geruch haben.

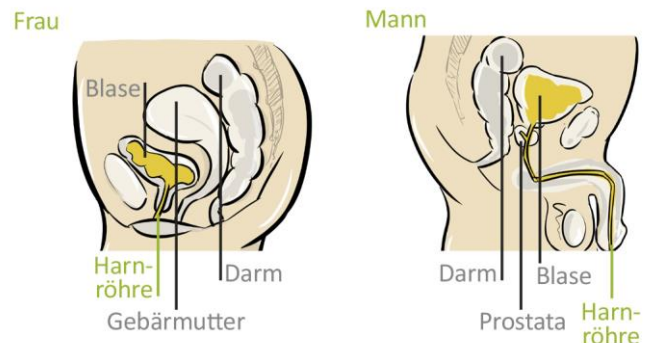
**2. Therapie:** Mittels Urinprobe und spezieller Teststreifen kann die bakterielle Infektion nachgewiesen werden. Ein negatives Testergebnis bedeutet jedoch nicht, dass keine Infektion vorliegt. In diesem Fall können weiterführende Untersuchungen Aufschluss geben. In vielen Fällen verschwindet eine Blasenentzündung auch ohne Behandlung innerhalb von etwa drei Tagen. Es kann jedoch notwendig sein, Antibiotika einzusetzen. In diesem Fall ist die konsequente Einnahme entsprechend der ärztlichen Empfehlung wichtig! Unter Umständen muss diese auch über das Verschwinden der Beschwerden hinaus erfolgen.

**3. Was Sie selbst tun können:** Viel trinken kann Ihrem Körper helfen, die Bakterien aus den Harnwegen zu spülen. Wasser und Tee (auch spezielle Blasentees) bieten sich dafür an. Auch Preiselbeer- oder

Cranberry-Extrakt aus der Apotheke kann hilfreich sein. Einige Untersuchungen zu diesen Präparaten deuten darauf hin, dass die enthaltenen Inhaltsstoffe verhindern können, dass sich die Bakterien im Harntrakt festsetzen. Ganz allgemein sollten Sie sich schonen und warm halten. Schmerzmittel sowie das Auflegen einer Wärmeflasche können Ihre Beschwerden lindern.

**4. Wiederkehrende Entzündung:** Wenn Sie öfter an Blasenentzündungen erkranken, sollten Sie vorbeugend auf Folgendes achten: viel trinken (täglich 2-3 Liter), bei Harndrang die Blase sofort entleeren (nicht aufschieben!), nach dem Geschlechtsverkehr die Blase entleeren, keine Unterkühlung des Unterleibs riskieren (nasse Badekleidung sofort wechseln, kein Sitzen auf kaltem Untergrund etc.). Frauen und Mädchen sollten auf übertriebene Intimhygiene verzichten und sich stets von der Scheide Richtung Darmausgang abtrocknen – nicht umgekehrt!

**5. Komplikationen:** Bei einer unbehandelten Blasenentzündung breiten sich die Bakterien manchmal bis zu den Nieren aus und führen dort zu einer Nierenbeckenentzündung. Diese kann mit hohem Fieber, allgemeinem Krankheitsgefühl und Schmerzen an den Seiten einhergehen. Bei solchen Beschwerden sollte immer ein Arzt aufgesucht werden!



*Geschlechtsspezifische Unterschiede der ableitenden Harnwege: Bei Frauen liegt die Harnröhrenöffnung näher beim Darmausgang und die Harnröhre selbst ist kürzer. Beides erleichtert es Bakterien, aus dem Darm bis zur Blase aufzusteigen.*

### Notizen:

---



---



---

Ich wünsche Ihnen gute Besserung!