

WIEDERKEHRENDE HARNWEGSINFEKTE

Besonders Frauen sind von Harnwegsinfektionen betroffen. Bei ca. 25 % der Frauen sind es wiederkehrende Infektionen, wobei Frauen über 50 Jahren am stärksten betroffen sind.

Risikofaktoren bei Mädchen und jungen Frauen:

- Häufigkeit der Sexualkontakte, besonders neue Sexualpartner
- Benutzung von Diaphragma und Spermiziden
- Östrogenmangel oder -überschuss
- Antibiotikagebrauch
- Harnwegsinfektionen vor dem 15. Lebensjahr
- Mutter mit Harnwegsinfektionen

Risikofaktoren bei Frauen in und nach den Wechseljahren:

- Veränderungen der vaginalen Mikroflora durch Östrogenmangel
- Unzureichende Blasenentleerung auf Grund schwacher Beckenmuskulatur

Leidet jemand häufig an Blasen- und vor allem Nierenbeckenentzündungen, so kann das auch ein Hinweis auf eine Fehlbildung der Harnwege sein. Dadurch werden Entzündungen begünstigt. Das gilt insbesondere für Männer, die normalerweise durch die viel längere Harnröhre relativ gut vor einem Harnwegsinfekt geschützt sind. Eine Ursache (z. B. eine vergrößerte Prostata) lässt sich häufig bei der urologischen Untersuchung finden. Diese sollte dann behoben werden, um erneuten Infektionen vorzubeugen.

WIE KANN MAN HARNWEGSINFEKTEN VORBEUGEN?

Eine Harnwegsinfektion kann sehr unangenehm sein. Aus diesem Grund ist es besonders ratsam, frühzeitig Vorsorge zu treffen und mit den folgenden Empfehlungen vorzubeugen:

- Regelmäßig und viel trinken, etwa zwei bis drei Liter pro Tag
- Regelmäßige Blasenentleerung, v. a. nach dem Geschlechtsverkehr
- Kälte meiden und nasse Badekleidung gleich nach dem Schwimmen ausziehen
- Cranberry-Saft hilft, die Zahl der Infektionen deutlich zu senken, das wurde in einer Untersuchung von Frauen mit wiederkehrenden Harnwegsinfektionen bestätigt
- Intimsprays, Scheidenspülungen, Diaphragma und spermienabtötende Cremes meiden, da sie das Wachstum der normalen Bakterienflora behindern und somit das Wachstum von Keimen, die eine Blasenentzündung verursachen können, begünstigen

Vorsicht bei pflanzlichen Heilmitteln: Für die gewünschte, hohe Flüssigkeitszufuhr greift man gerne zu sogenannten Blasen- und Nierentees. Aber nur ein Teil dieser Tees wurde ausreichend auf seine Wirkung untersucht und kann wirklich empfohlen werden.



Waren die Informationen für Sie hilfreich? Mit Ihrer Spende sichern Sie unsere Arbeit langfristig. Jeder Beitrag zählt!

BANKVERBINDUNG

Spendenkonto Deutsche Nierenstiftung
Volksbank Darmstadt-Südhessen eG
IBAN: DE46 5089 0000 0005 2007 09
BIC: GENODEF1VBD

KONTAKT

Deutsche Nierenstiftung
Geschäftsstelle
Grafenstraße 13
64283 Darmstadt

Fon 06151-78074-0
Fax 06151-78074-29
info@nierenstiftung.de



www.nierenstiftung.de
www.facebook.com/deutsche.nierenstiftung

Überreicht durch:

HARNWEGS- UND BLASENENTZÜNDUNG

Harnwegs- und Blasenentzündung

Harnwegsinfekte kommen – neben Infekten der Atemwege – am häufigsten vor. Dabei können sämtliche Abschnitte der Harnwege von der Entzündung betroffen sein: Die Harnröhre, über die der Urin den Körper verlässt, die Blase und der Harnleiter bis hin zu den Nieren.

WELCHE ARTEN VON HARNWEGSINFEKTEN GIBT ES?

- Harnröhrenentzündung (Urethritis): Beschränkung der Entzündung auf die vorderen Abschnitte der Harnröhre
- Blasenentzündung (Cystitis): Entzündung der Harnblase
- Nierenbeckenentzündung (Pyelonephritis): Nierenbecken und Nierenbindegewebe sind durch das Eindringen von Bakterien entzündet

HARNRÖHRENENTZÜNDUNG

Männer und Frauen sind gleichermaßen betroffen. Die Symptome sind in vielen Fällen nur schwach ausgeprägt und kaum spürbar:

- gesteigerter Harndrang
- Schmerzen oder Brennen beim Wasserlassen
- Juckreiz und Rötung der Austrittsöffnung der Harnröhre
- leicht schleimiger oder getrübbter Ausfluss (Urethralfluor)



BLASENENTZÜNDUNG

Wenn die Keime bis in die Harnblase eindringen, spricht man von einer Blasenentzündung. Die Blase ist normalerweise keimfrei und entzündet sich erst, wenn Bakterien (viel seltener auch Pilze oder Viren) die Harnröhre hinaufwandern. Sie lösen eine Entzündung des Gewebes aus, das die Harnblase auskleidet. Besonders oft entsteht eine Blasenentzündung bei Frauen, Diabetikern und in der Schwangerschaft.

Symptome einer Blasenentzündung

- auffallend häufiger Harndrang
- Schmerzen und Brennen beim Wasserlassen
- Schmerzen im Unterleib
- Urin trübt sich und/oder verändert den Geruch
- Blut im Urin

Für die sichere Diagnose einer Blasenentzündung muss neben den typischen Symptomen auch eine hinreichend hohe Zahl von Bakterien im Urin nachgewiesen werden. Mittels Urinteststreifen können Entzündungszellen und Nitrit, das von Bakterien gebildet wird, nachgewiesen werden. Um herauszufinden, welcher Keim die Blasenentzündung verursacht, wird eine „Kultur“ angelegt. Nach etwa 5 Tagen liegt das Ergebnis vor.

Es kommt allerdings auch vor, dass sich im Urin Bakterien nachweisen lassen, ohne dass es Hinweise auf eine Entzündung gibt. In diesen Fällen haben die Patienten weder Beschwerden noch nachweisbare Entzündungszellen im Urin. Man spricht von einer asymptomatischen Bakteriurie. Diese muss meist nicht behandelt werden, außer unter gewissen Begleitumständen die besondere Vorsicht erfordern, wie z. B. bei einer Schwangerschaft.

NIERENBECKENENTZÜNDUNG

Bei manchen Patienten entwickelt sich durch Aufsteigen der Krankheitserreger aus der Blase in den Harnleiter eine Infektion des Nierenbeckens und des Nierenbindegewebes. Sind die Nieren in Mitleidenschaft gezogen, ist die Erkrankung viel gefährlicher und muss in jedem Fall intensiver und länger als die Infekte der unteren Harnwege behandelt werden. Häufig – aber nicht immer – ist die Nierenbeckenentzündung eine Komplikation eines nicht ausreichend behandelten Infektes der unteren Harnwege.

Symptome einer Nierenbeckenentzündung

- auffallend häufiger Harndrang
- Schmerzen und Brennen beim Wasserlassen
- häufig ist Blut im Urin und mitunter macht sich ein übler Geruch bemerkbar
- starke Flankenschmerzen an der betroffenen Seite
- hohes Fieber als Anzeichen einer starken Infektion

Vor allem erhöhte Temperatur und starke Flankenschmerzen sind Anzeichen für eine Nierenbeckenentzündung. Bei sehr alten Menschen kann eine Nierenbeckenentzündung aber auch ohne Fieber auftreten. Eine sichere Diagnose stellt Ihr Hausarzt, indem er Sie befragt (Anamnese) und untersucht. Bei dem Verdacht auf eine Nierenbeckenentzündung wird häufig eine Ultraschalluntersuchung angeordnet, um den Rückstau von Urin auszuschließen.

ZU WELCHEN KOMPLIKATIONEN KANN ES KOMMEN?

Nierenbeckenentzündungen treten häufig in der Schwangerschaft auf. Die Ursache sind Keime, die entlang der erweiterten Harnleiter in die Niere wandern. Gelangen Keime aus den Harnwegen in die Blutbahn, so kann eine schwere Erkrankung mit hohem Fieber, allgemeiner Schwäche etc. die Folge sein. Häufige Nierenbeckenentzündungen können die Nieren schädigen und in ihrer Funktion beeinträchtigen. In sehr seltenen Fällen bilden sich Eiterherde in der Niere, die eine operative Entfernung der betroffenen Niere erforderlich machen können.

BEHANDLUNG VON HARNWEGSINFEKTEN

Zunächst helfen viel Trinken, häufige Blasenentleerung und eine Wärmflasche auf dem Unterbauch. So früh wie möglich – spätestens aber bei Auftreten von Symptomen wie Fieber, Flanken- oder Rückenschmerzen – sollte ein Arzt aufgesucht werden. Er wird anhand von Befragung und Untersuchung feststellen können, ob es sich um eine komplizierte oder unkomplizierte Entzündung handelt.

Bei einer einfachen Blasenentzündung genügt meist eine kurze Therapie mit einem Antibiotikum für drei Tage. Das Risiko für eine Schädigung der Niere ist dabei normalerweise gering. Bei Diabetikern sollten Blasenentzündungen allerdings immer gründlich behandelt werden, da die Komplikationsgefahr höher und die Blutzuckereinstellung schwieriger ist.

Bei komplizierten Entzündungen mit Beteiligung des Nierenbeckens dauert die Therapie meist bis zu zehn Tage. Häufig ist sicherheitshalber die Einweisung in ein Krankenhaus angezeigt.