

Blasenentzündung – ein brennendes Problem

- **Unangenehm und schmerzhaft - eine Blasenentzündung sollte nicht auf die leichte Schulter genommen werden. Doch wie kann man vorbeugen oder die Infektion der Harnwege in den Griff bekommen? Helfen Hausmittel oder nur Antibiotika? Die Apotheker vor Ort geben Tipps zur Behandlung.**

Potsdam – Brennen und Schmerzen beim Wasserlassen sowie dauernder Harndrang: Etwa jede zweite Frau leidet mindestens einmal im Leben unter einer Blasenentzündung. Männer sind dagegen eher selten betroffen. Ursache ist unter anderem die kurze Harnröhre der Frau. Gerade jetzt, in der kalten und nassen Jahreszeit, wird durch Verkühlung und eine geschwächte Immunabwehr die Entstehung einer Blasenentzündung begünstigt. Die Apotheker im Land Brandenburg beraten zum Thema Blasenentzündung.

„Üblicherweise handelt es sich bei der Blasenentzündung um eine Infektion der Harnwege mit Bakterien“, erklärt Astrid Markow, Beauftragte für Öffentlichkeitsarbeit der Landesapothekerkammer Brandenburg. Die Keime gelangen meist von außen über die Harnröhre in die Blase und führen dort zu einer Entzündung und Reizung der Blasenwand. Blasenentzündungen sind im besten Fall nur lästig, schlimmstenfalls wird aus dem Ziehen im Unterleib eine Infektion der Niere. Normalerweise bleibt es aber bei unangenehmen Beschwerden. „Wer eine beginnende Blasenentzündung bei sich feststellt, sollte aber auf jeden Fall schnell Gegenmaßnahmen ergreifen“, sagt die Apothekerin.

Bei leichten Erkrankungen helfen Hausmittel: „Dazu zählen, sich warm zu halten, zwei bis drei Liter pro Tag zu trinken und die Blase häufig zu entleeren“, so Markow. So werden die Keime möglichst schnell ausgespült. Gut geeignet sind Nieren- und Blasentees. Sie enthalten unter anderem Bärentraubenblätter, die antibakteriell wirken. Allerdings dürfen diese Tees nur zeitlich begrenzt eingesetzt werden, um die Nieren zu schonen, warnt Markow. Gerade die heimische Pflanzenwelt birgt so manchen Schatz und bietet eine schonende, aber effektive Arzneitherapie. „Die Apotheker sind die einzige Berufsgruppe, die zum Thema Phytopharmaka, also Arzneimitteln auf rein pflanzlicher Basis, Stellung beziehen können“, sagt die Apothekerin. In Form von Tabletten, Kapseln und Lösungen gibt es pflanzliche Arzneimittel zum Beispiel mit Extrakten aus Bärentraubenblättern und/oder Goldrutenkraut, die unterstützend angewendet werden können.

„Auch eine Wärmflasche im Blasenbereich kann die Beschwerden lindern. „Das entspannt die glatte Muskulatur und sorgt für weniger Schmerzen“, sagt die Beauftragte für Öffentlichkeitsarbeit. „Wenn die Erkrankung aber schwerwiegender verläuft, zum Beispiel mit Fieber oder Blut im Urin, ist es ratsam, sofort einen Arzt aufzusuchen“, betont Apothekerin Markow. Das gilt auch für Schwangere oder Diabetiker. „In der Regel wird dann eine Antibiotika-Therapie verordnet, wobei pflanzliche Arzneimittel unterstützend eingesetzt werden können“, so Markow. Eine unbehandelte Blasenentzündung kann zu Komplikationen, wie einer Reizblase oder einer Nierenbeckenentzündung, führen.

+++++

Die Landesapothekerkammer Brandenburg ist eine Körperschaft des öffentlichen Rechts mit Sitz in Potsdam. Sie vertritt die beruflichen Interessen der Apotheker. Mitglied der Landesapothekerkammer sind alle Apotheker, die im Land Brandenburg ihren Beruf ausüben oder – falls sie ihren Beruf nicht ausüben – ihren gewöhnlichen Aufenthalt haben. Die Landesapothekerkammer hat derzeit 1.500 Mitglieder. Im Land Brandenburg gibt es 590 Apotheken (inklusive 14 Krankenhausapotheken).

So beugt man einer Blasenentzündung vor:

- Viel trinken
- Die Blase regelmäßig und vollständig entleeren.
- Richtige Toilettenhigiene, das heißt immer von vorne nach hinten wischen, damit keine Darmbakterien in die Harnröhre gelangen.
- Baumwollunterwäsche tragen und diese bei 60 Grad waschen.
- Kalte Füße vermeiden.
- Feuchte Badeanzüge gleich nach dem Schwimmen ausziehen.

Bildzeile:

Etwa jede zweite Frau leidet mindestens einmal im Leben unter einer Blasenentzündung. Die Apotheker empfehlen möglichst viel zu Trinken und die Keime so auszuspülen. Gut geeignet sind Blasen- und Nierentees.

Foto: Kaspar Müller-Bringmann/Abdruck honorarfrei

Für Interviewwünsche stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung:

Apothekerin Astrid Markow, Telefon: 0331-888660

Weitere Informationen unter Telefon: 0331-888660 Landesapothekerkammer Brandenburg

Herausgeber:

Landesapothekerkammer Brandenburg

Telefon: 0331-888660

Fax: 0331-8886620

www.lakbb.de

Apothekerverband Brandenburg e.V.

Telefon: 0331-888650

Fax: 0331-8886540

www.avb-brb.de

Am Buchhorst 18
14478 Potsdam

Kontakt:

Apothekerin Astrid Markow
Landesapothekerkammer Brandenburg

Am Buchhorst 18

14478 Potsdam

Tel. 0331-888660

Fax 0331-8886620