

# Blasenentzündung

***Blasenentzündungen, welche in der Fachsprache Zystitis genannt werden, sind bei Frauen sehr häufig. Frauen haben eine kurze Harnröhre. Keime und Bakterien können daher schneller in die Blase gelangen.***

## Definition

Die Blase ist ein Teil des Harn ableitenden Systems. Zum Harn ableitenden System gehören auch die Nieren mit Nierenbecken, die Harnleiter und die Harnröhre. Alles zusammen sind die Harnwege. Die Harnwege sind mit Schleimhaut ausgekleidet. Kommt es zu einer Entzündung sprechen wir, je nach dem welcher Teil der Harnwege betroffen ist, von einer Nierenbecken-, Blasen- oder Harnröhrenentzündung.

## Ursachen

Können sich Bakterien in Harnröhre oder Harnblase zu stark vermehren, reagiert das Gewebe darauf mit einer Entzündung. Am häufigsten sind dabei Darmbakterien, vor allem das Bakterium Escherichia coli, zu finden. Es gibt verschiedene Faktoren, die eine Vermehrung von Keimen in den Harnwegen begünstigen:

- das weibliche Geschlecht
- Schwangerschaft und Geburt
- ein Mangel an weiblichem Geschlechtshormon (Östrogen) nach den Wechseljahren
- Harnsteine, die den normalen Urinabfluss stören
- eine verengte Harnröhre
- medizinische Erkrankungen wie Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus Typ I und II) und Gicht (Hyperurikämie)
- Katheterisierung der Harnblase
- falsche Hygiene (Wischen und Trocknen vom After Richtung Scheide fördert das Eindringen von Darmbakterien)
- Immunschwäche bei chronischen Krankheiten oder durch Medikamente (z. B. Kortison)
- Verschleppen von Keimen beim Intimverkehr.

## Beschwerden

Als Beschwerden (Symptome) können auftreten:

- Schmerzen beim Wasserlösen (Algurie)
- erschwerte Blasenentleerung (Dysurie)
- ständiger Harndrang mit Lösen von geringen Urinmengen (Pollakisurie)
- gefärbter Urin, eventuell mit Blut vermischt
- Schmerzen und Krämpfe im Unterleib.

Eine Blasenentzündung sollte ärztlich behandelt werden, um ein Aufsteigen der Entzündung in das Nierenbecken zu verhindern. Eine Nierenbeckenentzündung (Pyelonephritis) kann sich mit

- hohem Fieber und Schüttelfrost
- Schmerzen, welche in den Rücken ausstrahlen
- Abgeschlagenheit und schwerem Krankheitsgefühl bemerkbar machen.

## Untersuchungen

Mit der allgemeinen Befragung erhalten wir erste Hinweise auf eine Harnwegsinfektion. Die Diagnose kann mit folgenden Untersuchungen gestellt werden:

- die körperliche Untersuchung mit Messung der Körpertemperatur
- die Untersuchung der Urins
- die Ultraschalluntersuchung von Blase und kleinem Becken und
- eventuell eine Blutuntersuchung.

In unserer Blasensprechstunde führen wir zusätzlich eine Blasenspiegelung mit Betrachten des Inneren der Harnblase durch, vor allem dann, wenn gehäuft Blasenentzündungen auftreten.

## **Behandlung**

Bei einer akuten Harnwegsinfektion lindert die Einnahme von Antibiotika rasch die Beschwerden. Viel Trinken, das heisst mehr als zwei Liter pro Tag, von Flüssigkeiten wie Tee, Wasser, Säfte oder speziellem Blasen- und Nierentee hilft, die Harnbildung zu erhöhen und die Bakterien aus den Harnwegen „herauszuspülen“.

## **Was können Sie selber tun?**

Sie können Blasenentzündungen vorbeugen, in dem Sie regelmässig

- mindestens zwei Liter Flüssigkeit pro Tag trinken
- im Intimbereich aggressive Seifen meiden, die Intimhaut nach dem Reinigen gut trocknen und mit einer rückfettenden Salbe pflegen
- bei wiederholten Blasenentzündungen regelmässig ein bis zwei Gläser Cranberrysaft trinken.