



**Neue
Apotheke**

Gemeinsam für Ihre Gesundheit

*Kostenlose Service-
Information*

Harnwegs- entzündungen

Ursache

Die Besiedlung mit Keimen ist die häufigste Ursache für eine Entzündung der Harnwege. Die Symptome sind vermehrtes Wasserlassen und je nach Stärke der Infektion brennende Schmerzen, Blut im Urin, Nierenschmerzen.

Vorbeugung

Einfache Maßnahmen reichen oft aus, um Harnwegsinfektionen zu vermeiden. Trinken Sie ausreichend, das heißt ca. 2l täglich. Setzen Sie sich nicht unnötig der Kälte aus. Gerade im Frühjahr und Herbst boomen die Harnwegserkrankun-

gen. Plötzliche Abkühlung am Abend und das Sitzen auf kalten Sitzgelegenheiten erleichtern ebenso wie kalte Füße das Auftreten der Infektionen.

Maßnahmen

Je nach Stärke der Infektion kann mit einer Durchspülungstherapie, einer Antibiotikatherapie oder bei chronischem Verlauf mit einer Phytotherapie behandelt werden.

1. Durchspülungstherapie

Hier helfen Teedrogen wie Brennesselkraut, Birkenblätter, Goldrute, Hauhechelwurzel, Orthosiphonblätter oder Bärentraube – am besten in hochwertigen pharmazeutischen Produkten, da hier die Wirkstoffe hochkonzentriert zur Wirkung kommen. Lösliche Harntees (Harntee 400) bieten eine schnelle und einfache Handhabung bei größter Sicherheit in der Anwendung.

Cystinol-Lösung oder Aqualibra Tabletten können neben Blasen- und Nierentees Keime mit viel Flüssigkeit den Harnleiter herabspülen. Arctuvan desinfiziert als „pflanzliches Antibiotikum“ mit Bärentraubenblattextrakten.

Die Keime verändern den pH-Wert ihrer Umgebung in Richtung sauer. Steuern Sie gegen mit Basica oder durch den Verzehr grünen Gemüses.

Meerettich in Tablettenform (Angocin AntiInfekt) unterstützt Ihr Immunsystem bei der Abwehr der Keime.

Beachten Sie bitte dabei, dass die Selbstbehandlung Grenzen hat. Benutzen Sie einen Teststreifen (Combur 5) zum Nachweis von Infektionen: Sind Nitrit, Blut oder Eiweiß neben Leukozyten im Urin nachweisbar, sollte der Arzt hinzugezogen werden – es besteht Gefahr für die Niere. Bei Nierenbeckenschmerzen, Koliken oder länger andauernden Beschwerden ist der Arzt aufzusuchen.

2. Antibiotikatherapie

Es wird normalerweise mit Norfloxacin, Ciprofloxacin oder Cotrimoxazol behandelt. Alle drei Wirkstoffe sind gut wasserlöslich, beeinflussen damit nur gering die Darmflora und wirken gut in den Harnwegen. Der größte Nachteil der Therapie ist, dass das Immunsystem die feindlichen Keime nicht kennen lernt und deshalb auch keine Abwehr entwickeln kann. Trifft der Organismus wieder auf den gleichen Keim, wird er auch wieder erkranken.

Bei wiederkehrenden Harnwegsinfekten ist von ärztlicher Seite eine Resistenzprüfung der Bakterien durchzuführen. Diese erlaubt es festzustellen, ob ein Keim überhaupt empfindlich auf ein Antibiotikum reagiert. Geben Sie dazu den

Harnwegsentzündung

Urin in einem sterilen Gefäß (Urobox) in der Praxis ab.

Wie andere Antibiotika auch sind sie nicht nebenwirkungsfrei. Bei empfindlichen Personen können vermehrt Vaginalpilze auftreten, die dann mit Canesten-Vaginal-Creme und -Zäpfchen behandelt werden müssen. Diesen Nebenwirkungen kann mit probiotischen Bakterien wirkungsvoll entgegen getreten werden. Hier sind magensaftresistente Formen wie in Bion 3 oder Paidoflor zu bevorzugen.

3. Ursächliche Behandlung

Mit Uro Vaxom bietet sich dem Arzt eine wirkungsvolle Möglichkeit der Vorbeugung, denn hier wird in einer mehrmonatigen Kur der Körper mit den krankheitserregenden Keimen bekannt gemacht und die Immunabwehr ähnlich einer Impfung geschult.

Cranberry-Extrakte (Tuim-Urofemin) oder Preiselbeermuttersaft (unbedingt verdünnen mit Wasser, Tee oder Orangensaft) vermeiden die Anhaftung von Keimen an den Wänden der Harnleiter und Blase. Sie erleichtern die Ausscheidung der Keime und beugen damit der Verschlimmerung der Erkrankung vor. Besonders bei chronischen Harnwegsinfektionen ist der Einsatz von Cranberry sinnvoll. Die Bakterien tarnen sich bei Einsatz eines Antibiotikums, indem sie in die

Zellwände der Blase eindringen. Dort überdauern Sie die Einnahme der Medikamente und treten erst später wieder in Erscheinung. Dies führt zu einer regelmäßig wiederkehrenden Harnwegsinfektion – das Antibiotikum scheint machtlos. Cranberry schafft hier Abhilfe, da es die Bakterien aus der Blasenwand schnell wieder heraus schafft – das Antibiotikum und ausschwemmende Tees greifen wieder.

Informationen

Benötigen Sie weitere Informationen zum Thema, so fragen Sie uns bitte oder vereinbaren Sie einen Termin für ein intensives Beratungsgespräch.

Ihr Team der Neuen Apotheke

Neue Apotheke
Luisenthaler Str. 2a
61184 Karben
Tel 06039-3591