



## Patient Blase: Starke Hilfe für schwache Harnwege

*Von Rothenburg-Partner*

Erstellt am 16 Apr 2014 - 11:44

Wäre unsere Blase ein echter Patient, wäre sie ein großes „Sensibelchen“: Sie hasst Kälte und auch innere Konflikte und Anspannung schlagen ihr aufs Gemüt. Kein Wunder, dass jemand, der so empfindlich ist, auch häufig „verstimmt“ ist. Folge: Etwa 25 Prozent der Frauen leiden regelmäßig unter einer Entzündung der Blase. Wer jedoch weiß, wie man den sensiblen Patienten besänftigt, ist schnell wieder beschwerdefrei.

Zu den häufigsten Erkrankungen der Harnblase zählt die akute Blasenentzündung (Cystitis). Hauptverursacher sind Darmbakterien, meistens E. coli Bakterien. Sie können über die Scheidenöffnung und durch die Harnröhre bis zur empfindlichen Blase gelangen. Dort setzen sie sich an der Schleimhaut fest. Die ableitenden Harnwege sind besonders empfindlich und reagieren auf den Bakterienbefall mit einer Entzündung, Schmerzen beim Wasserlassen, heftigem Harndrang und Unterbauchbeschwerden – kurz: einer Blasenentzündung.

Das alles schwächt den sensiblen Patienten

Es gibt eine ganze Reihe von Faktoren, die eine Blasenentzündung begünstigen. Das Auskühlen des Unterleibs ist ein großer Risikofaktor: Durch die Kälte ziehen sich die Blutgefäße in den Schleimhäuten zusammen. Der verminderte Blutfluss führt zu einer Schwächung der lokalen Immunabwehr. Ebenso kann eine übertriebene Intimhygiene die Ausbreitung von Krankheitserregern und damit die Entstehung einer Blasenentzündung fördern: Aggressive Seifen und Cremes können die sensible Bakterienflora der Scheide aus der Balance bringen und Krankheitserreger können nicht mehr effektiv bekämpft werden. Auch beim Toilettengang kann man unbewusst viel falsch machen. Wird die Blase nicht komplett entleert, können sich im sogenannten Restharn Krankheitserreger wie z.B. Bakterien ansammeln und ausbreiten. Außerdem sollte man auf die richtige Technik beim Abwischen – von vorne nach hinten – achten. Andernfalls begünstigt man ein Eindringen der Bakterien aus dem Darm. Auch die verminderte Östrogenproduktion während der Wechseljahre kann die Schleimhäute der Blase empfindlicher machen. Nicht zuletzt zählt auch Geschlechtsverkehr zu den Risikofaktoren, denn während des Aktes können vermehrt Bakterien in die Scheide gelangen.

Balsam für die Blase

Bei akuten, unkomplizierten Blasenentzündungen wollen viele Frauen nicht immer gleich zur chemischen Keule greifen und setzen zunehmend auf die Heilkraft der Natur. Kein Wunder, denn natürliche Heilpflanzen stellen eine effektive und zugleich schonende Behandlungsmöglichkeit dar. Besonders bewährt hat sich ein spezieller Trockenextrakt aus den Blättern der Bärentraube (z.B. ?in Cystinol akut® Dragees, rezeptfrei in der Apotheke). Denn er wirkt gleich mehrfach gegen die feindlichen Bakterien und sorgt für eine schnelle Regeneration der Blase.

Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Zum Pflichttext: <http://medipresse.de/sb/cystinol.html> [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:59):** <http://medkom24.eu/node/19023>

**Links:**



[1] <http://medipresse.de/sb/cystinol.html>