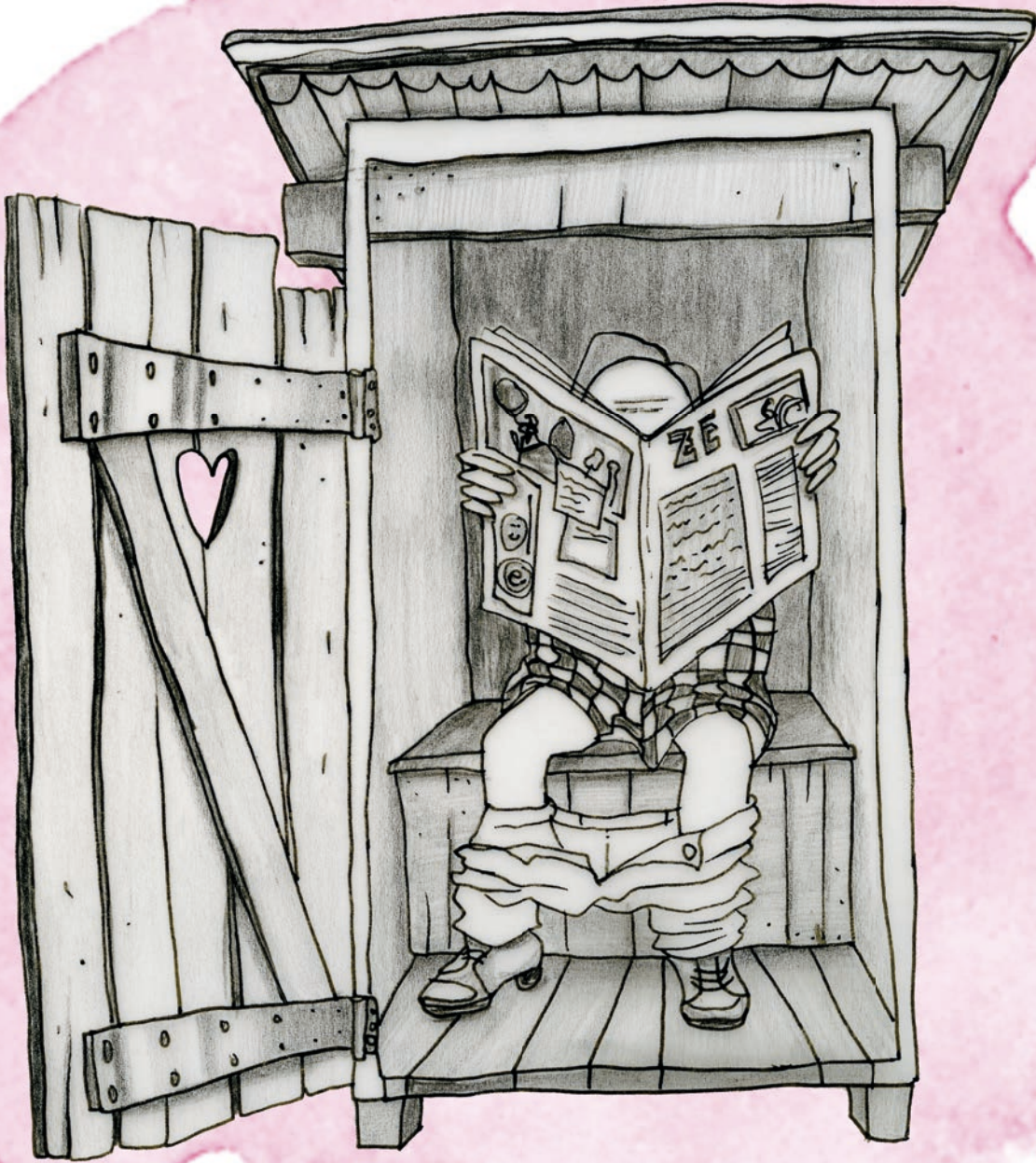




Häusliche Krankenpflege
Sabine Brüggemann



Beratungsblatt

Zystitis

Die Zystitis (Blasenentzündung) ist eine Entzündung der Schleimhaut oder der gesamten Wand der Harnblase und kann akut auftreten oder chronisch immer wiederkehren. Begünstigt wird die Zystitis durch Abflussstörungen des Urins aus der Harn-

blase, Lebensalter, weibliches Geschlecht und medizinische Eingriffe.

Daher möchten wir Sie und Ihre Angehörigen mit diesem Beratungsblatt informieren, wie man eine Zystitis verhindert.

Begünstigende Faktoren:

Die Zystitis ist überwiegend Frauensache, denn:

- der Darmausgang liegt bei Frauen näher an der Harnröhrenöffnung
- zum anderen haben Frauen eine kürzere Harnröhre. So können Krankheitserreger leichter aus dem Darm über die Harnröhre bis in die Harnblase vordringen und dort eine Entzündung hervorrufen.
- Bei Männern steigt das Risiko für die bakterielle Zystitis ab dem 50. Lebensjahr, weil Männer über 50 häufiger eine vergrößerte Prostata und dadurch eine verengte Harnröhre haben. Die Folge: Der Harnabfluss ist behindert, sodass sich mit dem Urin (Restharn) vermehrt Krankheitserreger in der Blase und Harnröhre sammeln.
- Stoffwechselerkrankungen, insbesondere Diabetes mellitus mit Abwehrschwäche und zuckerhaltigem Urin als „Nährboden“ für Bakterien
- Blasenverweilkatheter
- Eingriffe wie eine Blasenspülung, Blasenspiegelung

Typische Symptome:

- Schmerzen und Brennen beim Wasserlassen
- Häufiger Harndrang mit geringen Urinportionen
- Blasenkrämpfe
- Schmerzen im Unterleib
- Fieber bei schwerem Verlauf

Um bei einer Zystitis die geeignete Therapie festzulegen, ist zwar ein Arztbesuch unbedingt empfehlenswert – es gibt jedoch einiges, was Sie selbst tun können, um die Behandlung zu unterstützen:



- Trinken Sie viel, auch wenn das Wasserlassen durch die Zystitis schmerzt. Denn wer viel trinkt, spült die Harnwege durch und trägt dazu bei, diese von Bakterien zu befreien.
- Eine Wärmflasche und Sitzbäder entspannen und können die Beschwerden einer Blasenentzündung lindern.
- Sehr unangenehm sind die bei einer Blasenentzündung oft krampfartigen Schmerzen beim Wasserlassen. Um sie zu lindern, sind in der Regel krampflösende Schmerzmittel gut geeignet.

Wenn ein gestörter Harnabfluss für Ihre Zystitis (mit)verantwortlich ist, ist eine gezielte Therapie ratsam, um die Ursachen hierfür zu beseitigen: Steckt beispielsweise eine Vergrößerung der Prostata hinter Ihrer Zystitis, kann eine Operation die Abflussstörungen des Harns beheben. Wenn Sie weitere Fragen zur Zystitisprophylaxe haben, stehen wir Ihnen gerne mit einer umfassenden Beratung zur Verfügung.

