

Harnwegsbeschwerden

Tipps bei Harnwegs- beschwerden, das sollten Sie wissen.



Harnwegsbeschwerden



Krankheitsbild

- Schmerzen beim Wasserlassen und erhöht Harn- drang sind oft Anzeichen für eine durch Bakterien verursachte Harnwegsinfektion.
- Frauen neigen wegen ihrer kurzen Harnröhre häufiger zu Harnwegsinfektionen, da die Bakterien leichter noch oben bis in die Blase steigen können.



Behandlung

- Schlägt die antibiotische Behandlung an, kommt es zu einer Symptomreduktion innerhalb des ersten Tages.
- Bleiben weitere oder andere Symptomen im Urogeni- talsystems bestehen, wenden Sie sich an Ihren Haus- arzt oder einen Facharzt.



Aufgepasst

- Melden Sie sich bei uns oder Ihrem Hausarzt, falls die Empfehlungen nicht helfen, die Symptome sich verschlimmern oder Sie sich Sorgen machen.

Heilmittel

Schulmedizin

- Eine antibiotischen Behandlung, als Einzeldosis oder über mehrere Tage, ist rezeptpflichtig und muss ärzt- lich verordnet werden.
- Krampflösende Schmerzmittel entspannen die Bla- senmuskulatur und verringern dadurch die brennen den Schmerzen beim Harnlösen.
- Schmerzmittel wie Ibuprofen, wirken schmerzlindernd auf die Blase und vermindern das allgemeine Krank- heitsgefühl.



Komplementärmedizin

- Pflanzliche Nieren- und Blasen Dragées wirken desin- fizierend auf die Harnwege und vermindern so Entzün- dung, Schmerzen und Brennen beim Urinlösen.



- Vitamin C als Pulver oder Tabletten oder Preiselbeere Zubereitungen über den Tag verteilt und häufig ein- genommen, machen den Urin sauer. Durch das saure Milieu kommt es zur einer Verminderung an Bakte- rien. Die Infektion wird so allmählich eingedämmt.

Zur Prophylaxe bei häufig wiederkehrenden Blasenentzündungen empfehlen wir:

Mannose

Bei der D-Mannose handelt es sich um einen Einfachzucker in Pulverform der teelöffelweise mit Wasser eingenommen wird. Dieser Zucker verhindert, dass sich die Escherichia-Co- li-Bakterien an der Blasenwand verankern können. Die Bakte- rien werden deshalb mit jedem Harnstrahl ausgeschwemmt. Die vorbeugende Einnahme von D-Mannose hat eine sehr gute Wirkung auf die Rückfallrate und kann nebenwirkungsfrei über längere Zeit eingenommen werden.

Hausmittel

- Blasen- und Nierentees, Bärentraubenblätterttee über den Tag häufig getrunken. Diese Tees durchwärmen, spülen die Harnwege durch, wirkend desinfizierend und entzündungshemmend.



Verhalten

- Bei schmerzhaftem Harndrang (Dysurie) viel und vorzugsweise warme Flüssigkeiten oder Tees trinken.
- Wärme hilft, mindestens die Füße warm halten.
- Seife ist ein mögliches Reizmittel. Verwenden Sie eine milde, nicht parfümierte Seife. Duschen ist besser als baden.
- Vermeiden Sie Geschlechtsverkehr, bis das Problem behoben ist.
- Schonen sie sich, keine sportlichen Aktivitäten, Saunagänge oder Schwimmbad Besuche.
- Schlafen sie genügend.



Fragen sie unser Apothekenteam