

Blut im Urin ruft bei Betroffenen häufig Erschrecken hervor. Dabei haben viele Angst vor bösartigen Erkrankungen oder Tumoren. Dennoch verzichten sie auf einen Besuch beim Facharzt, wenn weitere Beschwerden ausbleiben oder es sich gar um eine einmalige Erscheinung handelt. Tatsächlich deutet Blut im Urin nicht immer auf schwerwiegende Erkrankungen hin, bedarf jedoch unbedingt einer urologischen Abklärung. Darauf weisen die Fachärzte des Ärztenetzwerks Uro-GmbH Nordrhein, einem Zusammenschluss von niedergelassenen Urologen, hin.

Auch bei gesunden Menschen findet sich manchmal Blut im Urin. Ursachen dafür liegen unter anderem in extremer körperlicher Anstrengung, wie beispielsweise bei Leistungssportlern. „Stellen wir eine Hämaturie – also vermehrt rote Blutkörperchen im Urin – fest, untersuchen wir unverzüglich Nieren, Geschlechts- und Harnwegsorgane“, erläutert Dr. Reinhold Schaefer, Urologe und ärztlicher Geschäftsführer der Uro-GmbH. „Können wir Erkrankungen wie eine Nierenentzündung, Nierensteine oder Krebs ausschließen, bleibt beispielsweise eine Harnwegsentzündung als mögliche Ursache.“ Bakterielle Harnwegsentzündungen zählen zu den häufigsten Infektionen des Menschen und bleiben bei sofortiger Behandlung überwiegend harmlos. Am

häufigsten betroffen sind grundsätzlich Frauen. Bei den Männern sind es die im Alter zwischen 60 und 70 Jahren. Generell stellen Beschwerden beim Wasserlassen sowie häufiger Harndrang Symptome eines Harnwegsinfekts dar. Steigen bakterielle Erreger weiter auf, erhöht sich damit auch die Gefahr, dass ein Infekt auf die Nierenbecken übergreift. „Eine Urinuntersuchung gibt Hinweise auf Bakterien und kleinste, mit bloßem Auge nicht erkennbare Spuren von Blut im Urin“, weiß Dr. Schaefer. „Ultraschalluntersuchungen zeigen ergänzend, ob mögliche Schädigungen an Nieren oder Prostata vorliegen.“ Die Bestimmung von Blutwerten vervollständigt Untersuchungen.

Nicht immer sind schwerwiegende Erkrankungen die Ursache. Eine urologische Abklärung ist aber unbedingt nötig

Welche Therapien Urologen ergreifen, richtet sich je nach der Art und Ursache der Infekte. Liegt eine harmlose bakterielle Infektion des Harnwegs vor, behandeln Urologen mit Antibiotika. Im Falle einer Nierenbeckenentzündung

erstreckt sich die Behandlung mit Antibiotika meist über mehrere Wochen. Harnwegserkrankungen treten in etwa einem Fünftel der Fälle trotz Behandlung erneut auf. Urologen passen bei chronischem Verlauf der Krankheit die Behandlung individuell an den Patienten an. Was jeder selbst tun kann: Ausreichende Flüssigkeitsaufnahme und zweckmäßige Kleidung beugen Harnwegserkrankungen vor. Des Weiteren empfiehlt sich eine gezielte Stärkung der Abwehrkräfte durch regelmäßige Bewegung und ausgewogene, gesunde Ernährung. Um Bakterien keinen Nährboden zu bieten, empfehlen Experten zudem, bei Harndrang sofort zur Toilette zu gehen. Bakterien im Harn steigen sonst durch die Harnröhre auf und verursachen an Blasenwand und Nieren Entzündungen. Auch ansäuernde Getränke, wie schwarzer Johannisbeer-, Preiselbeer- oder Cranberrysaft sind geeignet, um die Anhaftung der Bakterien an die Blasenschleimhaut zu verhindern. Zitrus säfte sind trotz des sauren Geschmacks basisch und deshalb eher ungeeignet.

Es gibt auch Cranberry-Präparate zur Vorbeugung von Blasenenerkrankungen in Ihrer Apotheke. Fragen Sie Ihre Apothekerin oder Ihren Apotheker.