

Viele Frauen leiden mindestens einmal in ihrem Leben unter einer Blasen-Entzündung (Cystitis). Manche treffen die unangenehmen Beschwerden sogar immer wieder. Dann kann ein Arzt ihnen mit einer Impfung helfen.

Symptome. „Eine Blasen-Entzündung entsteht, wenn Bakterien aus dem Analbereich über die Harnröhre in das Organ aufsteigen“, erklärt Dr. Michael Zellner, Urologe aus Bad Füssing. Die Patienten müssen häufig zur Toilette und haben Schmerzen beim Wasserlassen.

Antibiotika sind hier meistens unnötig

Pflanzliches Heilmittel. „Die Einnahme eines Antibiotikums ist nicht zwingend erforderlich“, fügt er hinzu. „Die Selbstheilungsrate liegt mit bis zu 50 Prozent relativ hoch.“ Unterstützend ist es jedoch wichtig, viel zu trinken. Außerdem gibt es pflanzliche Mittel, welche die Heilung fördern, etwa Bärentraubenblätter. „Sie wirken gleich dreifach: Sie töten die für den Infekt verantwortlichen Bakterien ab, hemmen ein Anheften der Keime an die Blasen-Schleimhaut und wirken anti-entzündlich“, zählt der Arzt auf. Sie sind in Form von Tee oder Dragees in der Apotheke erhältlich.

Injektionen. „Mittlerweile gibt es die Möglichkeit, sich gegen Bakterien, die das Leiden häufig auslösen, impfen zu lassen“, betont Dr. Reinhold Schaefer vom Ärzte-Netzwerk Uro-GmbH Nordrhein. So kann der Arzt Kapseln verschreiben, die wie eine Schluckimpfung den häufigsten Erreger enthalten. Sie werden drei Monate lang täglich, dann weitere drei Monate lang alle zehn Tage genommen (Kosten pro Monat ca. 45€). Auch eine klassische Impfung ist möglich: Der Patient erhält drei Spritzen innerhalb von vier Wochen. „Der Schutz sollte jährlich erneuert werden“, be-

Immer mehr Ärzte bieten sie an

Impfung schützt vor Blasen-Entzündung

tont Dr. Schaefer (Kosten: Grund-Immunisierung rund 140 Euro, Auffrischung 40 Euro).

In den Wechseljahren. Nach Angaben des Facharztes eignet sich diese Methode besonders für Frauen in den Wechseljahren, die aufgrund eines Östrogenmangels vermehrt zu Harnwegs-Infekten neigen. Weil das

Hormon fehlt, ist die Scheiden-Schleimhaut schlechter durchblutet und anfälliger für Infektionen. Eine andere Möglichkeit ist, diese Stelle per Creme oder Zäpfchen lokal mit dem nötigen Östrogen zu versorgen. Das baut die Zellschichten der Haut wieder auf und normalisiert die angegriffene Vaginalflora.

Schützende Beeren. Eine vorbeugende Wirkung hat die amerikanische Cranberry: Die roten Beeren können die Blasen-Schleimhaut etwa zwölf Stunden vor einem Eindringen schädlicher Keime schützen. Sie sind in Form von Saft und in der Apotheke als Kapseln erhältlich.