

Bei ständigem Harnrang, verbunden mit nur geringen Mengen Urinausscheidung, spricht vieles für eine Blasenentzündung. Auch als Zystitis bezeichnet, gehört sie zu den häufigsten Erkrankungen der Ausscheidungsorgane. Insbesondere Frauen leiden oft an den Folgen von Harnwegsinfekten. Dr. Reinhold Schaefer, Urologe und Geschäftsführer des Ärztenetzwerkes Uro-GmbH Nordrhein, entwickelte auf Basis von Patientendaten einen Fragebogen, mit dem jeder selbst herausfinden kann, ob eine Anfälligkeit für Blasenentzündungen besteht. Bitte beachten Sie, dass der Test den Besuch beim Urologen nicht ersetzt. Weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter www.urologen-nrw.de

Wie anfällig ist Ihre Blase?

6 Fragen
geben Hinweise auf
Ihr Entzündungs-
risiko

1 Wie alt sind Sie?

- Unter 45 Jahre (0)
- 45 bis 60 Jahre (1)
- Über 60 Jahre (2)

2 Wie viel trinken Sie am Tag?

- Weniger als zwei Liter (2)
- Ungefähr zwei Liter (1)
- Über zwei Liter (0)

3 Frieren Sie im Winter oft?

- Nein, mir ist selten kalt (0)
- Ja, hin und wieder friere ich schon (1)
- Ja, mir ist eigentlich ständig kalt (2)

4 Suchen Sie bei Harndrang gleich eine Toilette auf?

- Nein, oft zögere ich Toilettengänge hinaus (2)
- Ja, außer ich bin stark abgelenkt (1)
- Ja, darauf achte ich sehr (0)

5 Leiden Sie nach Geschlechtsverkehr häufig an Blasenentzündungen?

- Nein, überhaupt nicht (0)
- Ja, aber selten (1)
- Ja, das kommt beinahe jedes Mal vor (2)

6 Treten in Ihrem engeren Familienkreis (Mutter/Schwester) Blasenentzündungen gehäuft auf?

- Nein, gar nicht (0)
- Ja, viele leiden hin und wieder darunter (1)
- Ja, fast jeder in meiner Familie hat häufig Blasenentzündungen (2)

Auswertung

bis 3 Punkte • Sie scheinen nur ein geringes Risiko für Blasenentzündungen zu haben. Treten trotzdem Beschwerden auf, sollten Sie sich von Ihrem Urologen behandeln lassen, um Folgeerkrankungen zu vermeiden.

4 bis 7 Punkte • Ihre Blase ist vermutlich anfälliger für Entzündungen. Sie sollten sich bei häufigen Harnwegsinfekten unbedingt untersuchen lassen. Urologen gehen den Ursachen der Zystitis auf den Grund und behandeln diese dann gezielt. Versuchen Sie, stets viel zu trinken und Ihren Unterleib immer warm zu halten.

8 bis 12 Punkte • Sie haben ein hohes Risiko für Blasenentzündungen. Ihr Urologe sollte auf Problemsuche gehen. Versuchen Sie, stets viel zu trinken und Ihren Unterleib immer warm zu halten. Auch Geschlechtsverkehr führt durch Schmierinfektionen zu Blasenentzündungen. Oberste Regel: 15 Minuten nach dem Sex unbedingt auf die Toilette gehen, um Bakterien auszuspülen, bevor sie sich in der Blase festsetzen.