

# URSACHEN & THERAPIE

*Bis zu zehn Prozent aller Frauen leiden chronisch oder vorübergehend an schmerzhaften Blaseninfekten. Männer sind in aller Regel selten von diesem Leiden betroffen. Therapeutisch sind die Möglichkeiten aus der Sicht der klassischen Medizin relativ eingeschränkt. In diesem Artikel werden neben den Ursachen chronischer Blaseninfekte verschiedenste Therapiemöglichkeiten inklusive alternativmedizinischer Methoden vorgestellt.*

Solange die Blasenfunktion problemfrei verläuft, gehört das Wasserlösen zu den Selbstverständlichkeiten des Lebens. Wird dieser Vorgang gestört oder durch Krankheit zu einem Leiden, ist die Lebensqualität häufig massiv eingeschränkt. Sind wiederkehrende Blaseninfekte die Ursache, so kommt der Patient sehr schnell in einen therapeutischen Teufelskreis. Die wiederholte Verschreibung von Antibiotika ist nicht nur vergeblich, sondern führt durch das häufig abnehmende Ansprechen der Bakterien zu Engpässen in den Behandlungsmöglichkeiten.

Die Harnblase dient hauptsächlich zur Speicherung des Urins. Daneben ist sie eine Art Türsteher, der das Vordringen von Bakterien bis zu den Nieren verhindern soll. Diese Aufgabe erfordert verschiedene Abwehrtechniken. Sind diese fehlerhaft oder nur unvollständig, können sich Bakterien oder andere Mikroorganismen einnisten. Der Ursprungsort dieser Krankheitserreger ist meistens der Darm. Der Stuhl besteht zu etwa zwei Drittel aus Bakterien, die mehr oder weniger krank-

machend sind. Durch selbständige Wanderung oder andere begünstigende Umstände gelangen sie zum Beispiel über die Scheide in die Blase. Besteht dort eine schlechte Abwehrlage, so kommt es zum Infekt. Die Ursachen, welche zu einer solchen Situation führen können, sind angeboren oder entstehen im Verlauf des Lebens, wobei meistens Frauen betroffen sind. Treten beispielsweise in einer Familie gehäuft Blaseninfekte

---

*Aus der praktischen Erfahrung vieler Ärzte und auch der des Autors lässt sich für chronisch auftretende Harnblaseninfekte oft ein psychosomatischer Einfluss als Hauptursache beobachten.*

---

auf, ist häufig ein angeborener Defekt verantwortlich. Die Blasenoberfläche ist unter anderem überzogen mit schützenden Substanzen. Sind diese falsch angelegt oder beschädigt, können sich zum Beispiel Bakterien an ihnen festhalten wie an einem Haltegriff. Beschädigungen können unter anderem durch Bestrahlung, Chemothe-

rapie oder das Tragen eines Katheters entstehen. Des Weiteren können angeborene oder erworbene Missbildungen oder Funktionseinschränkungen, wie zum Beispiel Schäden oder Krankheiten von Nerven, welche die Blase steuern, zu chronischen Infekten führen. Ist das körpereigene Abwehrsystem mit seinen hoch spezialisierten weissen Blutkörperchen allgemein oder in der Harnblase geschwächt, ist auch dies eine mögliche Ursache. Im Einzelfall können mehrere Faktoren beteiligt sein.

### **Regelmässig trinken**

Auch Lebensgewohnheiten, beziehungsweise das Verhalten des Betroffenen, können zu einem gehäuften Auftreten von Blaseninfekten beitragen. Neben verschiedenen Verhütungsmitteln kann zu geringes oder zu unregelmässiges Trinken einen negativen Einfluss haben. Die allgemein empfohlene Flüssigkeitsmenge liegt bei vierzig ml pro Kilogramm Körpergewicht. Hierbei ist natürlich das im Essen enthaltene Wasser zu berücksichtigen. Die reine Trinkmenge sollte etwa 2 bis 2,5 Liter betragen. Dabei ist es wichtig, die zugeführte Flüssigkeit gut zu verteilen. Trinkt man morgens und abends jeweils einen Liter, so kommt man zwar auf die empfohlene Gesamtmenge. Da der Körper aber eine so grosse Menge auf einmal meist nicht benötigt, wird der überschüssige Anteil sehr schnell wieder ausgeschieden. Bei einem im Normalfall kontinuierlichen Verlust an Flüssigkeit (Atmung, Urin, Stuhlgang, Schwitzen) trocknet man nun sehr rasch aus. Wichtig ist daher ein regelmässiges Trinken in kurzen Abständen (+-30 min), um einen gleich bleibenden Urinfluss zu gewährleisten, der zu einem Ausschwemmen von Bakterien aus der Blase führt. Leiden Männer an häufigen Infekten der Harnblase, so kommt ursächlich unter anderem eine unvoll-

ständige Blasenentleerung, zum Beispiel durch eine vergrösserte Prostata, in Frage. Die jedoch häufigste Ursache ist eine chronische Infektion der Prostata, welche meistens durch eine geschwächte Abwehrlage zustande kommt. Von dort aus werden Bakterien immer wieder in die Blase gestreut und verursachen in der Folge eine Entzündung. Bei vielen Frauen tritt eine Blasenentzündung nach Geschlechtsverkehr auf. Bisher ist völlig unklar, warum dies passiert. Hautinfektionen oder mangelnde Hygiene sind nur in Ausnahmefällen verantwortlich. Es wird vermutet, dass durch die Penetration eine Reizung der weiblichen Harnröhre entsteht, die das Ansiedeln bzw. Eindringen von Bakterien erleichtert.

### **Psychosomatischer Einfluss**

Aus der praktischen Erfahrung vieler Ärzte und auch der des Autors lässt sich für chronisch auftretende Harnblaseninfekte oft ein psychosomatischer Einfluss als Hauptursache beobachten. Partnerschaftsprobleme, mangelndes Selbstwertgefühl, nicht ausgelebte Sexualität, unerfüllter Kinderwunsch und vieles mehr spielen oft eine wichtige Rolle. In eingehenden Gesprächen mit den Patienten zeigt sich häufig eine psychovegetative Begleitproblematik, zum Beispiel nach einschneidenden sozialen Belastungen wie Scheidung und Prüfungssituationen. Hierdurch kommt es erwiesenermassen zu einer Schwächung des allgemeinen oder lokalen Abwehrsystems. Dieser Einfluss geschieht über das so genannte vegetative Nervensystem, welches den ganzen Körper zur Informationsweiterleitung vernetzt. Neben den erwähnten psychischen Problemen können noch sehr viele andere Faktoren einen krankmachenden Einfluss über dieses Netzwerk entfalten. Obwohl die Infektion – entgegen einer

*Fortsetzung auf S.38→*

oft geäusserten Meinung – meistens auf die Blase beschränkt bleibt, kann es vereinzelt zu Komplikationen kommen. So kann es durch aufsteigende Bakterien zur Nierenentzündung kommen. Zusätzlich erhöhen bestimmte Keime die Möglichkeit von Harnsteinen.

Zur Behandlung werden den Patienten fast ausnahmslos Antibiotika angeboten. Diese helfen bei einer einmaligen, unkompliziert verlaufenden Infektion meist rasch und effektiv, obwohl gerade hierbei allgemeine Massnahmen wie viel Trinken, lokale Wärme und pflanzliche Mittel oft ausreichen würden. Kommt es jedoch immer wieder zu Infekten, so entsteht durch die wiederholte Gabe von Antibiotika in vielen Fällen ein Teufelskreis. Neben einer zunehmenden Schwächung des Immunsystems durch bestimmte Mechanismen werden die Bakterien zunehmend immun gegen die meisten Medikamente. Abgesehen davon leiden die Patienten nicht selten an gravierenden Nebenwirkungen. Da die zu Grunde liegenden Ursachen durch Antibiotika meistens nicht beseitigt werden, entsteht so eine Spirale mit immer wieder und immer häufiger auftretenden Infektionen der Blase. Die Lebensqualität des Patienten ist da-

durch massiv eingeschränkt. Um diese Spirale zu durchbrechen, sind alle Massnahmen hilfreich, die die jeweiligen Ursachen aus ganzheitlicher Sicht behandeln bzw. das allgemeine oder lokale Immunsystem stärken. Als sehr effektiv haben sich dabei unter anderem verschiedenste alternativmedizinische Therapien erwiesen.

### **Behandlungsmöglichkeiten**

Neben den bereits erwähnten pflanzlichen Mitteln kommen vegetativ ausgleichende Behandlungen wie Neuraltherapie, Homöopathie, Akupunktur und Kinesiologie in Frage. Zusätzlich ist zum Beispiel die Ozontherapie als allgemein immunstimulierender Einfluss sehr empfehlenswert. Hierbei wird dem Blut Ozon zugeführt, wodurch im Körper eine Kettenreaktion entsteht, die unter anderem die Abwehr steigert. Da die Blaseninfektionserreger, wie bereits erwähnt, meist aus dem Darm kommen und nach mehrfacher Gabe von Antibiotika dort auch die resistenten Keime entstehen, kann durch das Ansiedeln von nicht krank machenden Keimen das Auftreten weiterer Infekte vermieden werden. Dies geschieht zum Beispiel durch eine langfristige Einnahme von bakterienhal-

tigen Tropfen. Am Anfang des Artikels wurde berichtet, dass eine fehlerhaft strukturierte Blasenoberfläche zu einem vermehrten Anheften von Keimen führen kann. Durch das wiederholte Einspülen von Substanzen, welche die Oberfläche schützen, kann das erneute Entstehen von Infekten ebenfalls vermieden oder auf ein erträgliches Mass reduziert werden.

Daneben sollte die seelische Situation des Patienten nicht vergessen werden. Ob ursächlich oder als Folge der häufigen Blaseninfekte sollten in jedem Fall Massnahmen besprochen werden, die einen ausgleichenden Einfluss auf das schlechte psychische Befinden des Betroffenen haben. Oft reicht dabei schon Verständnis und ein offenes Ohr. Abschliessend kann man sagen, dass rezidivierende Blaseninfekte keineswegs einfach hinzunehmen sind. Eine erfolgreiche Therapie kann nicht nur auf Antibiotika basieren. Nur die darüber hinausgehende konsequente Suche nach ursächlichen Behandlungsmöglichkeiten und deren Einsatz führen zum Erfolg. Dabei ist allerdings die Ausdauer und das Engagement des Patienten ein wichtiger Faktor.

*Dr. med. M. Hertsch, Urologe*