

Schon wieder Blasenentzündung!

Naturheilkunde bietet Hilfe

Jede zweite Frau erkrankt mindestens einmal in ihrem Leben an einer Blasenentzündung; jede fünfte sogar mehrmals jährlich. Oft kommt es, trotz wiederholter Antibiotikagaben, nach einer Zeit der Ruhe wieder zu den typischen Beschwerden: ständiger Harndrang, Brennen beim Wasserlassen und krampfartige Schmerzen beim Wasserlassen im Unterbauch. So gut ein Antibiotikum im Akutfall hilft, so schwächt es doch das Abwehrsystem des Körpers. Je öfter ein Antibiotikum zur Behandlung verwendet wurde, um so schwieriger ist es, aus dem Teufelskreis herauszukommen. Die Naturheilkunde bietet zur Vermeidung und Behandlung von Blasenentzündungen eine Alternative.

Bakterien als Übeltäter

Die akute Blasenentzündung (Zystitis) ist fast immer die Folge einer bakteriellen Infektion. Dass sie gerade bei Frauen so häufig auftritt, liegt an der weiblichen Anatomie. Frauen haben eine wesentlich kürzere Harnröhre als Männer, die sich in enger Nachbarschaft zum Anal- und Genitalbereich befindet. Tatsächlich kommt in der Mehrzahl der Fälle der krankheitsauslösende Keim aus dieser Region. Deswegen ist die „richtige“ Toilettenhygiene wichtig. Intimsprays, Schaumbäder, Seife und desinfizierende Lösungen sollten Sie jedoch vermeiden. Sie verändern das Hautmilieu und bereiten den „falschen“ Bakterien den Nährboden.

Darauf sollten Sie achten

Im Normalfall sorgt der durchfließende Urin dafür, dass eventuell zur Blase aufsteigende Bakterien ausgeschwemmt werden und die Harnwege keimfrei bleiben. Deswegen ist es zur Verhütung und Behandlung einer Zystitis so wichtig, viel zu trinken. Auch die Ratschläge unserer Mütter, nicht auf kalten Steinen zu sitzen, die Nieren warm zu halten (Unterhemden) und kalte Füße zu meiden, sind gar nicht so dumm. Denn Unterkühlung gilt ebenfalls als potenter Wegbereiter einer Blasenentzündung. Man spricht in diesem Fall von einer „Kaltfußzystitis“. In unserer Praxis empfehlen wir deswegen jedem Patienten mit Blasenbeschwerden, der zu kalten Füßen neigt, die ansteigenden Fußbäder nach Kneipp.

Bei manchen Frauen treten immer wieder Harnwegsinfekte im Anschluss an den Geschlechtsverkehr auf. Diese sogenannte „Honeymoon-Zystitis“ kann viele

Ursachen haben. Oft spielt ein unterschwelliger Partnerschaftskonflikt oder emotionaler Stress eine wichtige Rolle.

Pflanzen und Darmsanierung

In der Praxis behandeln wir Blasenentzündungen mit dem jeweils passenden homöopathischen Mittel. Zusätzlich geeignet sind Teemischungen, die Birkenblätter, Goldrutenkraut und Orthosiphonblätter enthalten. Bärentraubenblätter sind seit alters her als Harnantiseptikum bekannt. Sie werden deshalb auch Harn- oder Blasenkraut genannt. Dragees vom Blasenkraut werden übrigens besser vertragen als ihr Tee.

Zur Vorbeugung gegen die Entzündung der Blase hat sich das Trinken von Cranberry- oder Preiselbeersaft mit Vitamin-C bewährt. Die im Saft enthaltenen Tannine verhindern das Anhaften von Bakterien an der Blasen-Innenhaut. Gehäufte Blasenentzündungen können auch Zeichen einer allgemeinen Abwehrschwäche sein. In diesem Fall setzen wir gerne die Neuraltherapie oder die Eigenbluttherapie ein. Wie so oft, spielt auch hier eine gesunde Ernährung eine wichtige Rolle. Das Abwehrsystem ist zu 70 Prozent im Darm angesiedelt. Bei chronischen Infekten ist deswegen eine Sanierung der Darmflora der Ausgangspunkt einer biologischen Therapie.

Bei allen Maßnahmen, die Sie selbst zur Heilung beitragen können: Wegen der möglichen Risiken sollte eine Blasenentzündung immer vom Arzt oder Heilpraktiker behandelt werden.