

DR. MED. PATRICK SAWAYA

# Ein typisches Frauenleiden: Harnwegsinfektionen

## Antibiotika und Impfungen können helfen

**Harnwegsinfektionen zählen in der urologischen Praxis zu den am häufigsten gestellten Diagnosen. Unter diesen, meist durch Bakterien hervorgerufenen Entzündungen der ableitenden Harnwege leiden vor allem Frauen. Ihre Harnröhre ist kürzer als die der Männer und Bakterien gelangen deshalb leichter in die Blase. Aber auch ältere Männer sind oft von einer Harnwegsinfektion betroffen, wenn eine vergrößerte Prostata den Harnabfluss stört.**

Mediziner unterscheiden zwei Formen von Harnwegsinfektionen, je nachdem ob die unteren Harnwege, also Harnblase oder Harnröhre betroffen sind, oder die oberen Harnwege mit Nierenbecken und Harnleiter. Mit Abstand am

häufigsten tritt die Blasenentzündung der Frau auf, die in der Fachsprache Zystitis genannt wird. Die Ursache für diese Erkrankung ist sehr häufig die Verschleppung von Bakterien der Genitalflora (aus dem Darm) zur Harnblase, zum Beispiel

im Rahmen des Geschlechtsverkehrs, was die häufigste Harnwegsinfektionsursache bei der Frau ist.

Bemerkbar macht sich eine Zystitis vor allem durch häufigen Harndrang und Bren-

### Blasenentzündungen im Keim ersticken

Gerade für Frauen, die überdurchschnittlich häufig von Harnwegsinfektionen betroffen sind, empfehlen sich einige vorbeugende Maßnahmen, mit denen eine Blasenentzündung oft vermieden werden kann:

- Abkühlung (Sitzen auf kalter Bank, feuchter Badeanzug, kalte Füße o. ä.) kompromittiert Ihre Immunabwehr und begünstigt somit insbesondere auch die Entstehung einer Blasenentzündung.
- Je mehr Bakterien im Bereich der Scheide und Harnröhrenöffnung, um so leichter eine Blasenentzündung. Daher sorgfältige Genitalhygiene besonders nach dem Stuhlgang und vor dem Verkehr. Reinigung („Wischrichtung“) stets von vorn nach hinten. Zu vermeiden sind Intimsprays und desinfizierende Lösungen sowie schärfere Seifen und Duschgels – sie schädigen die Haut und die Schleimhäute im Genitalbereich („Säureschutzmantel“) und fördern dadurch die Bakterienbesiedlung.
- Häufiges Baden in der Badewanne sollte vermieden und grundsätzlich Duschen bevorzugt werden!
- Ausfluss aus der Scheide begünstigt die Bakterienbesiedlung im Genitalbereich. Bei Ausfluss sollte stets (!) ärztlicher Rat eingeholt werden.
- Zur Menstruationshygiene bevorzugt Tampons verwenden! Unter Binden reichern sich Bakterien vor der Harnröhrenöffnung leicht an.
- Reichlich Flüssigkeitszufuhr („Durchspülung“) hemmt die Besiedlung der Harnröhre mit Bakterien. Deshalb auch zu den Mahlzeiten reichlich trinken.
- Um Keime, die beim Verkehr in die Blase gelangen, zu entfernen, sollte immer unmittelbar „danach“ Wasser gelassen werden.
- Starke Blasenfüllung bewirkt Blutarmut der Blasenschleimhaut und dadurch Abwehrschwäche gegenüber Bakterien. Harn nicht zu lange anhalten!

### UNSER TEAM



nen sowie Schmerzen beim Wasserlassen oder auch durch mehrmaliges Wasserlassen in der Nacht. Problematisch wird eine Harnwegsinfektion, wenn sie rezidivierend ist, also ein Mal oder auch mehrmals wiederkehrt. Während die akute unkomplizierte Zystitis mit einer dreitägigen Antibiotikagabe relativ problemlos behandelbar ist, kann eine immer wiederkehrende Blasenentzündung bei wiederholter Antibiotikagabe zu Resistenzproblematik und chronisch entzündlichen Veränderungen in der Harnblase führen.

Und dies ist nicht gerade selten. Durchschnittlich 20 bis 25 Prozent aller Frau-

en, die an einer akuten unkomplizierten Zystitis erkranken, bekommen anschließend eine rezidivierende Blasenentzündung. In diesem Fall bedarf es einer umfassenden fachurologischen Abklärung zum Ausschluss organischer und eventuell behandlungsbedürftiger infektdisponierender Faktoren der ableitenden Harnwege und einer ausführlichen Aufklärung. Neben wirkungsvollen Präventivmaßnahmen (siehe Kasten) mit Veränderung der Verhaltens- und Trinkgewohnheiten gibt es auch Möglichkeiten, die Immunabwehr zum Beispiel durch eine präventive Impfung positiv zu beeinflussen.

**männerarzt**<sup>®</sup>  
Zusatzbezeichnung Männerarzt durch Institut cmi cmi e.V.



### HIER FINDEN SIE UNS:

**DR. MED. PATRICK SAWAYA**  
Facharzt für Urologie

Ludwigstraße 4  
63739 ASCHAFFENBURG

Telefon 0 60 21/1 33 55  
Telefax 0 60 21/2190 01

[www.dr-sawaya.de](http://www.dr-sawaya.de)

### UNSERE LEISTUNGEN



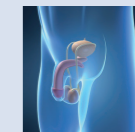
Krebsvorsorge



Nieren- und Harnleitererkrankungen



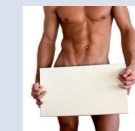
Harnblasen- und Harnröhrenerkrankungen sowie Harninkontinenz



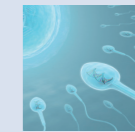
Prostata- und Samenblasenerkrankungen



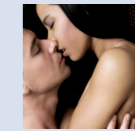
Ambulante Prostatakrebstherapie durch Seed-Implantation



Erkrankungen des äußeren Genitales inkl. Hoden- und Penisenerkrankungen



Fruchtbarkeitsuntersuchungen bei unerfülltem Kinderwunsch



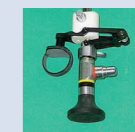
Geschlechtsenerkrankungen



Potenzstörungen/ Aging Male



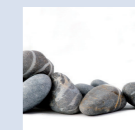
Kinderurologie



Endoskopische Eingriffe



Ambulante Operationen



ESWL