



Patienteninformation bei wiederkehrenden Harnwegsinfektionen

Frauen sind von Harnwegsinfekten (Blasenentzündungen, Harnröhrenentzündungen, Nierenbeckenentzündungen) wesentlich häufiger betroffen als Männer, da die verursachenden Bakterien durch die Harnröhre nach oben steigen und Frauen eine wesentlich kürzere Harnröhre haben als Männer. Am häufigsten werden Harnwegsinfektion durch Darmbakterien verursacht.

Die typischen Beschwerden sind Schmerzen oder Brennen beim Wasserlassen, häufiger Harndrang mit Entleerung nur geringer Urinmengen, evtl. auch Schmerzen in der Harnblasengegend (mittlerer Unterbauch). Treten zusätzlich Fieber auf oder Schmerzen in den Flanken (Nierengegend), so sind dies **Zeichen einer Nierenbeckenentzündung**. **Dann sollten Sie sich so schnell wie möglich beim Arzt vorstellen**, da hier eine umgehende Therapie mit Antibiotika eingeleitet werden muss, um einer Blutvergiftung vorzubeugen,.

Wenn bei Ihnen wiederholt Harnwegsinfektionen auftreten, können Sie selbst einige Dinge vorbeugend beachten:

- achten Sie auf eine ausreichende Trinkmenge, damit die Harnröhre gut „gespült“ wird
- vermeiden Sie langes Sitzen auf kaltem Untergrund
- achten Sie bei der Analhygiene (beim Waschen und nach dem Stuhlgang) darauf, dass Sie keine Keime vom After zur Scheiden-/Harnröhrenregion „verschleppen“
- tragen Sie keine String-Tangas
- gehen Sie nach dem Geschlechtsverkehr zur Toilette und entleeren Sie die Harnblase (dadurch werden die Bakterien, die beim Geschlechtsverkehr in die Harnröhre gelangen können, herausgespült)

Falls dennoch immer wieder Harnwegsinfektionen auftreten sollten, muss eine weitere Klärung der Ursache erfolgen. Die meisten der hierfür notwendigen Untersuchungen können bei uns in der Praxis durchgeführt werden. In seltenen Fällen ist aber eine Überweisung zum Urologen erforderlich.

Falls Sie noch Fragen haben, sprechen Sie uns bitte an !!!