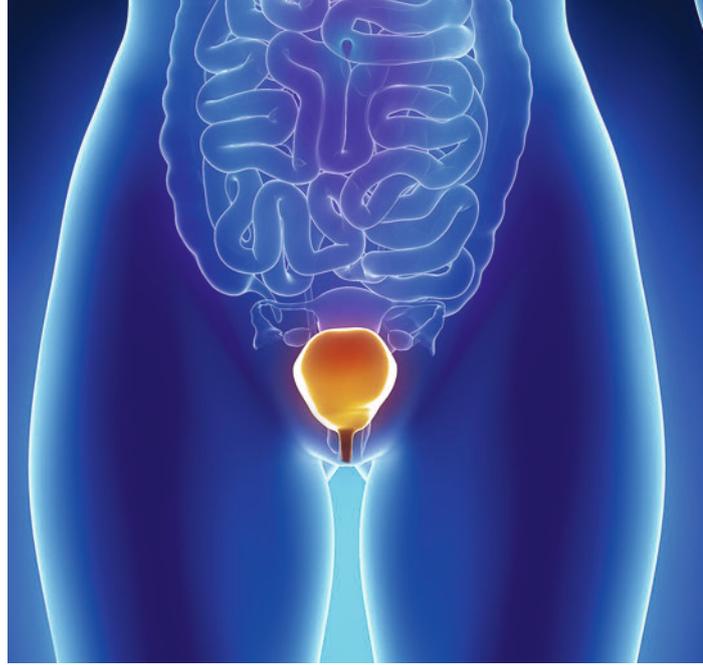


Blasen- entzündung



Ihre Apotheke informiert

Eine Blasenentzündung ist unangenehm und zudem meist schmerzhaft. Im Fall der Fälle helfen neben den richtigen Arzneimitteln auch bestimmte Verhaltensweisen weiter. Wir sagen Ihnen, wie Selbsthilfe aussehen kann und was sich tun lässt, um einer Blasenentzündung vorzubeugen.

„Durchspülen und warm halten“ – dies gehört zu den wichtigsten Tipps bei einer Blasenentzündung. Wer täglich etwa zwei bis drei Liter Flüssigkeit trinkt, sorgt dafür, dass die Blase gut gespült wird. Dazu sind neben Wasser vor allem Tees empfehlenswert.

Zugleich ratsam: häufig zur Toilette gehen und die Blase möglichst vollständig entleeren. Die Beschwerden lassen sich überdies durch das Auflegen einer Wärmflasche oder feuchtwarme Umschläge im Blasenbereich lindern.

So kann man vorbeugen

Blasenentzündungen haben leider die Tendenz, öfter aufzutreten. Dem lässt sich vorbeugen. Und auch hier gilt: viel trinken und regelmäßig sowie vollständig die Blase entleeren.

Wichtig ist darüberhinaus das richtige Vorgehen bei der Intimhygiene: Nach dem Stuhlgang ist das Säubern von vorne nach

hinten wichtig. Damit verringert sich das Risiko, dass Bakterien aus dem Magen-Darm-Trakt in die Harnröhre gelangen. Zudem gelten nach wie vor die altbekannten Regeln: immer für warme Füße sorgen und nasse Badekleidung gleich nach dem Schwimmen gegen trockene wechseln, damit der Körper nicht auskühlt.

Aufmerksam sein

Last but not least: Nicht jedes leichte Brennen in der Harnröhre muss gleich eine veritable Blasenentzündung zur Folge haben. Wer die genannten Hausmittel frühzeitig einsetzt, kann dies möglicherweise noch verhindern. Dauern die Krankheitszeichen jedoch länger als drei Tage an, und stellt sich womöglich Fieber ein, sollte in jedem Fall der Arzt aufgesucht werden. Haben Sie noch Fragen? Bitte sprechen Sie uns an! Gerne reservieren wir Ihnen auch einen individuellen Beratungstermin.