Sie haben eine Blasenentzündung?

Erkennen Sie das richtig und behandeln Sie es richtig.

Manchmal reichen Hausmittel bei einer Zystitis.

In anderen Fällen müssen Antibiotika helfen.

Wie kann man die Diagnose und die Therapie bestimmen?

Wie kann man vorbeugen?

Das sind die wichtigen Fragen für diesen Überblick.

Unsere Inhalte sind von Ärzten und Pharmazeuten geprüft worden.

Aktualisiert am 16. September 2021.

 Was ist eine Blasenentzündung?

 Ursachen

 Risikofaktoren

 Symptome

 Komplikationen

Blasenentzündung - kurz zusammengefasst

Brennen beim Wasserlassen, Schmerzen im Unterleib und häufiger Harndrang können auf eine Blasenentzündung hinweisen.

Nicht immer sind Antibiotika nötig.

In leichten Fällen reichen Hausmittel oder Schmerzmittel.

Sie sollten zum Arzt oder zur Ärztin gehen, wenn:

- Männer, Kinder und Schwangere mit Zystitis haben.

- Sie oft mit einer Blasenentzündung zu tun haben.

- Sie Diabetiker sind und das Immunsystem schwächen.

- Sie Medikamente nehmen, die das Immunsystem schwächen.

- Sie mehr als 3 Tage mit den Symptomen zu tun haben oder Fieber dazukommt.

Viele Menschen wissen es aus eigener Erfahrung: Eine Blasenentzündung ist schmerzhaft.

Männer bekommen das oft nicht, aber mehr als jede zweite Frau hat die Krankheit Zystitis im Leben.

Die Krankheit heißt so, weil es um die Blase geht.

Meistens ist es Bakterien, die eine Blasenentzündung verursachen.

Viel seltener sind Viren, Pilze oder Parasiten daran schuld.

Die Bakterien kommen meist von außen in die Harnröhre und von da in die Blase.

Dann entzündet sich die Blasenwand und tut weh.

Wenn man krank ist, hat man oft auch eine Blasenentzündung.

Wenn man sich nicht ausreichend wärmt, ist man auch anfälliger für Infekte.

Es gibt verschiedene Berufe in der Medizin.

Es gibt:

- Ärzte und Ärztinnen

- Pflegepersonal

- Techniker und Technikerinnen

1.

Unkomplizierte Zystitis:

Das heißt, eine Blasenentzündung bei einer Person, die keine Risikofaktoren hat.

2.

Komplizierte Zystitis:

Eine Blasenentzündung bei einer Person mit Risikofaktoren.

Diese Risikofaktoren sind zum Beispiel:

- Abwehrschwäche oder Immunsuppression durch Medikamente.

- Harnstau und eine Einengung der Harnwege.

- zum Beispiel bei vergrößerter Prostata, Harnröhrenverengung, Harnsteine oder Tumoren.

- Rückfluss von Urin aus der Blase in den Harnleiter (vesiko-ureteraler Reflux)

- Blasenfunktionsstörungen (zum Beispiel bei Nervenerkrankungen)

Bei leichten Harnwegsinfekten sind Hausmittel gut.

Das heißt:

Warm halten und viel trinken.

Das ist am besten mit Blasentee und Nierentee.

Man muss die Anweisung auf der Packung beachten.

Es gibt schwierige Fälle und es gibt Menschen mit Vorerkrankungen.

Zum Beispiel haben viele Menschen Diabetes mellitus.

Wenn Sie auch noch krank werden, sollten Sie einen Arzt oder eine Ärztin aufsuchen.

Meist wird dann ein Antibiotikum verschrieben.

Wenn Sie die Krankheit nicht behandeln, kann es zu Komplikationen kommen.

Zum Beispiel kann es zu einer Entzündung der Nierenbecken kommen.

Ursachen

Der häufigste Auslöser für eine Blasenentzündung ist die Bakterie Escherichia coli.

Diese Bakterie gehört zur normalen Darmflora von Menschen.

Wenn man den After nach dem Stuhlgang nicht richtig sauber macht, kann die Bakterie in die Harnröhre und von dort in die Blase.

Daher: Immer von vorne nach hinten abputzen!

Andere Erreger einer Zystitis sind zum Beispiel:

- Proteus mirabilis

- Staphylokokken

- Streptokokken

- Klebsiellen

- Pilze wie die Hefe Candida albicans.

In seltenen Fällen können auch Viren oder Parasiten die Blase reizen.

Gelegentlich kann eine Blasenentzündung auch ohne Keime passieren.

Manche Medikamente oder die Strahlentherapie können dazu führen.

Bei Männern kommt fast immer eine Entzündung der Prostata mit einer Blasenentzündung zusammen.

Das kann eine akute Prostataentzündung sein oder eine chronische Prostataentzündung.

Die Prostataentzündung macht dann auch die Blasenentzündung.

Risikofaktoren

Frauen bekommen oft Blasenentzündungen.

Das ist wahrscheinlich durch die kurze Harnröhre bei Frauen.

Die Harnröhre ist circa 4 Zentimeter lang und beim Mann 20 bis 25 Zentimeter lang.

Außerdem ist der Ausgang der Harnröhre direkt neben dem After.

Das macht es auch leichter, eine Blasenentzündung zu bekommen.

Es gibt noch andere Dinge, die das auch noch begünstigen:

- Sie haben eine schwache Abwehr und bestimmte Stoffwechselstörungen.

Zum Beispiel haben Sie Diabetes.

- Geschlechtsverkehr: Auch beim Geschlechtsverkehr können Bakterien in die Harnröhre kommen.

Dafür gibt es den Begriff der "Flitterwochen-Blasenentzündung" (englisch: honeymoon-Zystitis).

- Schwangerschaft: In der Schwangerschaft verändert sich der Hormonhaushalt.

Eine unangenehme Folge davon ist, dass sich die Harnwege weiten und Keime leichter in die Harnröhre kommen können.

- Harnstau oder Restharn in der Blase:

Ein Harnstau hat mehrere Ursachen.

Zum Beispiel kann eine Prostatavergrößerung, Harnröhrenverengung, Harnsteine oder ein Tumor die Harnwege einengen und dafür sorgen, dass der Urin nicht richtig abfließen kann.

Auch Blasenfunktionsstörungen können die Entleerung der Blase behindern.

Staut sich der Urin oder bildet sich ein "Urinsee" am Boden der Blase, finden Bakterien darin einen idealen Nährboden.

Wiederkehrende Harnwegsinfektionen können die Folge sein.

- Der Dauerkatheter ist schlecht für die Blase.

Der Katheter macht die Blase immer wieder an.

Durch den Katheter können Bakterien in die Harnröhre kommen.

Symptome: Wie äussert sich eine Blasenentzündung?

Typische Anzeichen für eine Blasenentzündung sind Schmerzen und Brennen beim Wasserlassen.

Sie müssen oft pinkeln und haben Schmerzen im Unterleib.

Der Urin kann anders riechen und manchmal ist er auch andersfarbig.

Es kann auch Blut im Urin geben.

Komplikationen

Die Blase kann entzündet sein.

Die Entzündung kann durch die Harnleiter aufsteigen.

Dann kann die Entzündung auch in die Nieren kommen.

Ohne Therapie können die Nieren schwer geschädigt werden.

Das gilt auch für das Nierenbecken.

Das nennt man Pyelonephritis.

Wenn Sie eine Harnwegsentzündung haben, kann es in der Schwangerschaft schwieriger werden.

Die Entzündung kann dann in die Nieren gehen.

Das kann zu frühen Wehen oder zu einer Fehlgeburt führen.

Wann zum Arzt oder der Ärztin?

Das leichte Brennen in der Harnröhre muss Sie nicht zum Arzt oder zur Ärztin jagen.

Wenn Sie eine Harnwegsinfektion befürchten, können Sie oft etwas dagegen tun.

Sie sind ein Mann und haben eine Blasenentzündung?

Dann sollten Sie unbedingt zum Arzt oder zur Ärztin gehen.

Das ist bei Männern selten, aber wichtig.

Sie sind schwanger oder haben Diabetes und nehmen Medikamente?

Dann sollten Sie auch zum Arzt oder zur Ärztin gehen.

Sie haben ein Kind mit Blasenentzündung?

Dann sollten Sie auch zum Arzt oder zur Ärztin gehen.

Wenn die Krankheit nach 3 Tagen nicht besser ist, ist das wichtig.

Wenn Sie Fieber haben, kann das auch wichtig sein.

Vielleicht hat die Infektion die Nieren erreicht.

Früherkennung

Schwangere Frauen sind oft anfällig für Blasenentzündungen.

Das kann für sie und ihr Kind schlimm sein.

Der Urin wird deshalb in der Schwangerschaft untersucht.

So kann man frühzeitig sehen, ob es eine Blasenentzündung gibt.

Das passiert zum Beispiel beim Check-up 35.

Bei dem Test wird der Urin untersucht.

Dabei wird geschaut, ob es Anzeichen für eine Entzündung gibt.

Gesetzlich Versicherte haben ab dem 35. Geburtstag die Möglichkeit, diese Untersuchung zu bekommen.

Sie bekommen die Untersuchung alle 3 Jahre und nur einmal im Alter zwischen 18 und 35 Jahren.

Diagnose

Ihr Arzt oder Ihre Ärztin wird Sie genau befragen.

Das nennt man dann Anamnese.

Dann untersucht er oder sie Sie und misst vielleicht auch das Fieber.

Vielleicht wird Ihr Arzt oder die Ärztin Sie bitten, Urin abzugeben.

Sie sollten dazu Ihren Intimbereich gereinigt haben und die Schamlippen spreizen.

Das heißt, Sie sollen die Vorhaut zurückziehen.

Dann können Sie in einem keimfreien Becher Urin fangen.

Das sollte nach einigen Sekunden passieren.

Das heißt, Sie müssen den Becher unter den Strahl halten.

Der Urin wird mit Hilfe eines Harnstreifentestes untersucht.

Der Urin wird andersfarbig und zeigt an, ob bestimmte Stoffe im Urin sind.

Man untersucht den Urin zum Beispiel auf:

 Weiße Blutkörperchen (Leukozyten) zeigen eine Entzündung an.

 Nitrit ist ein Stoff, den Bakterien machen. Es ist normalerweise nicht im Urin. Wenn es da ist, weiß man, dass es auch Bakterien im Darm gibt.

Sind die Symptome klar und ist die Infektion an der Harnwege einfach?

Dann reicht der Harnstreifentest, um die Diagnose Blasenentzündung zu stellen.

Dann können Sie auch gleich eine Therapie beginnen.

Um zu sehen, wie viele und welche Bakterien im Urin sind, muss der Urin im Labor untersucht werden.

Das ist besonders wichtig, wenn die Blasenentzündung wiederkehrend ist.

Es ist auch wichtig in der Schwangerschaft.

Es ist auch wichtig, wenn die Blasenentzündung trotz Antibiotikum nicht besser wird.

Die Bakterien im Urin werden in einer Urinkultur gezüchtet.

Dabei erfährt man, welche Antibiotika am besten gegen den Erreger helfen.

Der Arzt oder die Ärztin bekommt das Ergebnis erst nach etwa 2 Tagen.

Aber falls es notwendig ist, kann er dann die Therapie ändern.

Es gibt eine schwierige Zystitis.

Wie kann man die richtige Diagnose dafür finden?

Wenn Sie oft Harnwegsentzündungen haben, ist eine Ultraschalluntersuchung gut.

Das ist besonders wichtig, wenn die Entzündung schwierig ist.

Mit dem Ultraschallgerät kann man die Harnwege genau sehen.

Das ist wichtig für die Behandlung.

Der Arzt oder die Ärztin kann zum Beispiel sehen:

- Sind die Prostata oder die Blase größer?

- Sind Steine in der Blase?

- Sind auch die Nieren von der Entzündung betroffen?

Es gibt eine weitere Untersuchung für Urinreste.

Der Patient oder die Patientin muss zuerst die Blase vollständig auf der Toilette lassen.

Dann prüft der Arzt oder die Ärztin mit dem Ultraschallgerät, ob und wie viel Urin noch in der Blase ist.

Wenn der Urin zu viel ist, kann das ein Hinweis darauf sein, dass die Blase nicht richtig entleert wird.

Spezielle und aufwendige Untersuchungen können vom Urologen oder der Urologin verlangt werden.

Die Frage ist, ob die Blasenentleerung richtig funktioniert.

Oder ob Urin zurück in den Harnleiter fließt.

Das kann man mit Röntgenuntersuchungen feststellen.

Man kann auch die Harnflussgeschwindigkeit messen.

Diese Untersuchung heißt Uroflowmetrie.

Bei dem Miktionszystogramm bekommt der Patient Kontrastmittel durch die Harnröhre in die Blase gespritzt.

Dann macht man mehrere Bilder von der Blase.

So kann man sehen, wie die Blase entleert.

Wenn das Kontrastmittel in die Vene geht, kann man auch ein Bild von der Blase machen (Zystogramm).

Man kann auch die Nieren und den Harnleiter sehen.

Das nennt man dann intravenöses Pyelogramm.

Manchmal muss man auch die Blase untersuchen.

Das nennt man dann eine Blasenspiegelung (Zystoskopie).

Der Urologe oder die Urologin macht ein Endoskop durch die Harnröhre in die Blase.

So kann man die Blase von innen sehen.

Dann kann man sehen, ob sie entzündet ist oder Tumoren hat.

Diese Untersuchungen sind nur wichtig, wenn die Harnwege oft krank sind.

Man muss dann auf Veränderungen achten.

Man sollte eine Blasenentzündung behandeln.

Unkomplizierte Blasenentzündungen (siehe oben) heilen oft von selbst aus.

Aber es kann helfen, schneller gesund zu werden und die Symptome zu lindern.

Deshalb kann man eine Behandlung machen.

Man kann sich selbst helfen.

Das kann man mit Hausmitteln tun.

Sie haben eine Blasenentzündung?

Dann sollten Sie viel trinken und die Blase oft entleeren.

So können die Keime schnell aus der Blase raus.

Gut sind Nieren- und Blasentees, die es in der Apotheke gibt.

Die Tees enthalten zum Beispiel Bärentraubenblätter.

Man sagt, dass diese Blätter gegen Bakterien helfen.

Achten Sie bei der Zubereitung und Anwendung auf die Packungsbeilage!

Auch eine Wärmflasche oder warme Sitzbäder können helfen.

Das ist, weil die Muskeln dann nicht mehr so angespannt sind und Sie deshalb weniger Schmerzen haben.

Die ärztliche Therapie

Bei einer bakteriellen Blasenentzündung helfen Antibiotika.

Das Präparat, das der Arzt oder die Ärztin Ihnen gibt, hängt von der Art der Infektion ab.

Häufig verschriebene Präparate sind zum Beispiel Fosfomycin oder Nitrofurantoin.

Sie müssen die Tabletten meistens 3-10 Tage nehmen.

Es gibt aber auch Präparate, bei denen Sie nur einmal nehmen müssen.

Sie sollten das Medikament genau so lange nehmen, wie der Arzt oder die Ärztin es Ihnen sagt.

Wenn Sie es zu früh aufhören, kann der Infekt wiederkommen.

Nach einem Tag Antibiotikatherapie sollten sich die Beschwerden schon besser machen.

Nach 3 bis 5 Tagen ist auch der Urinbefund wieder normal.

Wenn Sie immer wieder einen Infekt haben, ist das sehr wichtig.

Dann muss man eine genaue Untersuchung machen.

Diese Untersuchung nennt man Antibiogramm.

Man muss herausfinden, welche Bakterien resistent sind und welche Medikamente sie nicht mehr brauchen.

Durch häufige Antibiotikatherapie können Bakterien resistent werden. Das heißt, die Medikamente helfen dann nicht mehr.

Sind Pilze die Ursache für die Blasenentzündung, wird der Arzt oder die Ärztin Mittel gegen Pilze verschreiben.

Das ist aber selten der Fall.

Wenn Sie starke Schmerzen haben, können auch andere Medikamente helfen.

Diese Medikamente nennt man Muskelrelaxantien.

Ein Muskelrelaxant ist zum Beispiel Butylscopolamin.

Es gibt leichte Zystitis-Beschwerden.

Dann können Sie auch nur Schmerzmittel nehmen.

Sie können zum Beispiel Ibuprofen nehmen.

Sprechen Sie darüber mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin.

Wollen Sie keine Antibiotika nehmen?

Fragen Sie danach.

Sie kommen immer wieder mit Blasenentzündungen in Berührung?

Dann sollten Sie etwas dagegen tun.

Immer wieder eine Blasenentzündung - das muss nicht sein. Denn Sie können schon mit einfachen Maßnahmen vorbeugen.

Sie sollten:

- 1,5 Liter pro Tag trinken.

Aber Vorsicht:

Wenn Sie zum Beispiel an einer Herzkrankheit leiden, müssen Sie vielleicht weniger trinken.

Dann fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Ihre Ärztin.

Regelmäßig zur Toilette gehen:

Sie sollten immer vollständig auf die Toilette gehen.

Das ist wichtig für die Gesundheit von Ihrer Blase.

Frauen, die zu Blasenentzündungen neigen, können versuchen, ob es Ihnen hilft, nach dem Geschlechtsverkehr innerhalb von 15 Minuten Wasser zu lassen.

So können sie vielleicht Keime aus der Blase spülen.

Es gibt Kondome, Cremes und Verhütungsmittel, die mit Chemikalien gefährlich sind.

Diese Chemikalien heißen Spermizide.

Von diesen Dingen sollten Sie besser nicht benutzen.

Sprechen Sie darüber mit Ihrem Frauenarzt oder der Frauenärztin.

Kalte Füße zu haben ist gefährlich.

Auch feuchte Badeanzüge nach dem Schwimmen sind gefährlich.

Sie sollten trockene Sachen anziehen.

Es gibt verschiedene Dinge, die helfen können.

Zum Beispiel:

- Mannose, ein bestimmter Zucker

- Pflanzliche Wirkstoffe wie Bärentraubenblätter, Kapuzinerkressekraut oder Meerrettichwurzel.

Vielleicht ist die Scheidenflora gestört und deshalb kommen Sie immer wieder mit Harnwegsinfektionen in die Praxis.

Dann könnte eine Behandlung mit Zäpfchen mit Milchsäurebakterien helfen.

Die Bakterien werden in die Scheide eingeführt.

Ihr Arzt oder Ihre Ärztin informiert Sie zu den Präparaten, die für Sie richtig sind.

Sie erklärt Ihnen auch genau, wie Sie die Präparate anwenden müssen.

Wenn Sie wieder mit Blasenentzündungen rechnen, kann man eine dauerhafte Antibiotikatherapie machen.

Aber vorher sollte man versuchen, etwas anderes zu machen.

Das ist ein sogenanntes Immunstimulans.

Das kann zum Beispiel ein Teil von Bakterium Escherichia coli sein.

Es können aber auch tote Bakterien sein, die zusammen gemischt werden.

Es gibt eine Impfung und auch etwas zum schlucken.

In Studien hat das Präparat positive Wirkung gezeigt.

Wenn Sie oft eine Harnwegsinfektion bekommen, kann es sinnvoll sein, Antibiotika zu nehmen.

Das ist zum Beispiel mit Nitrofurantoin, Trimethoprim oder Cotrimoxazol möglich.

Wie lange Sie die Medikamente nehmen müssen, entscheidet der Arzt oder die Ärztin.

Vielleicht ist es auch sinnvoll, vor dem Geschlechtsverkehr eine Tablette zu nehmen.

Manche Frauen haben oft Harnwegsinfekte nach den Wechseljahren.

Das kann eine Folge von zu wenig Östrogen sein.

Dann ist die Schleimhaut empfindlicher für Bakterien.

Vielleicht kann man mit Östrogenpräparaten behandeln.

Es gibt auch Östrogene Cremes, die man im Bereich der Scheide anwenden kann.

Diese Cremes könnten vielleicht helfen.

Ihr Frauenarzt oder Ihre Frauenärztin berät Sie zu Risiken und Nebenwirkungen.

Manchmal kann es sinnvoll sein, den Urin zu säuern.

Das kann vor Harnwegsinfekten schützen.

Ob diese Maßnahme bei Ihnen hilft, weiß Ihr Arzt oder Ihre Ärztin.

Gibt es eine lange Zeit bestehende Blasenentzündung?

Meistens ist eine Blasenentzündung nur kurz und geht dann wieder weg.

Manche Menschen haben länger Probleme mit der Blase.

Aber es gibt keine Bakterien oder andere Dinge im Urin.

Diese Menschen sprechen dann von einer Reizblase.

Das ist aber keine eigene Krankheit.

Es ist nur ein Problem, das manche Menschen haben.

Sie haben oft Harndrang und müssen wenig Urin lassen.

Vielleicht tun die Menschen auch weh oder können nicht pinkeln, wenn sie sich nicht aufhalten.

Diese Probleme haben verschiedene Ursachen.

Eine andere Form der Harnblasenentzündung ist die interstitielle Zystitis.

Dabei ist die Entzündung sehr schmerzhaft und dauert lange.

Die Ursache ist noch nicht ganz klar.

Die endgültige Diagnose kann nur mit einer Gewebeprobe gemacht werden.

Manchmal glauben Patienten lange, sie hätten eine interstitielle Zystitis.

Aber das stimmt nicht und sie bekommen dann zu viele Medikamente.

Es gibt verschiedene Behandlungsansätze für die interstitielle Zystitis.

Zum Beispiel können Patienten Schmerzmittel oder Antidepressiva bekommen.

Es gibt auch Medikamente, die in die Blase gefüllt werden können.

Zum Beispiel Dimethylsulfoxyd, Hyaluronsäure, Chondroitinsulfat..

Es gibt auch eine Möglichkeit, die Blase zu dehnen und dabei Wasser reinzulassen. Das kann unter Vollnarkose gemacht werden.

Bleibt die Behandlung erfolglos und wird die Entzündung immer schlimmer? Dann kann man die Harnblase operativ entfernen.

Eine Reizblase kann auch durch einen Tumor entstehen.

Der Tumor ist dann nicht tief in der Blase.

Der Tumor heißt dann Carcinoma in situ.

Wenn Sie immer wieder Blasenentzündungen bekommen, sollten Sie das überprüfen lassen.

Das ist besonders wichtig, wenn Sie älter sind.

Beratender Experte

Herr Professor Dr. med. Rainer Hofmann ist Facharzt für Urologie und Kinderurologie.

Das bedeutet, er ist Spezialist für die Erkrankungen des Urogenitalsystems bei Kindern und Erwachsenen.

Er hat sich 1989 habilitiert. Das heißt, er hat eine besondere Ausbildung gemacht und dafür eine besondere Prüfung gemacht.

Anschließend war er von 1990 bis 1991 Associate Professor an der University of California in San Francisco.

Danach war er Leitender Oberarzt an der Urologischen Klinik des Klinikums Rechts der Isar in München.

Seit Dezember 1998 ist er Direktor der Klinik für Urologie und Kinderurologie der Philipps-Universität Marburg.

Wichtiger Hinweis:

Dieser Artikel ist nur eine allgemeine Information.

Er darf nicht zur Selbstbehandlung benutzt werden.

Er kann einen Arztbesuch nicht ersetzen.

Unsere Experten können Ihre Fragen leider nicht beantworten