

# Blasen-Entzündung bei Frauen

## Informationen in Leichter Sprache

### Was ist eine Blasen-Entzündung?

Eine Blasen-Entzündung ist eine Harn-Wegs-Entzündung.

Durch die Harn-Wege fließt der Urin von den Nieren in die Blase.

Das Fachwort für Blasen-Entzündung ist Zystitis.

Das spricht man so aus: Züs-ti-tis.

Es gibt einfache und schwere Harn-Wegs-Entzündungen.

Die Blasen-Entzündung bei Frauen ist meist eine einfache Harn-Wegs-Entzündung.

### Für wen ist dieses Informations-Blatt?

Dieses Informations-Blatt ist für Frauen mit einer einfachen Blasen-Entzündung.

Wie man eine schwere Blasen-Entzündung behandelt, beantwortet dieses Informations-Blatt nicht.

Bei Blasen-Beschwerden mit hohem Fieber oder mit Rücken-Schmerzen gehen Sie bitte sofort zu einer Ärztin oder einem Arzt.

Bei manchen Menschen kann eine einfache Blasen-Entzündung schnell in eine schwere Blasen-Entzündung übergehen.

Zum Beispiel:

- Frauen, die schwanger sind
- Menschen mit Schäden der Nieren, der Blase oder der Harn-Röhre.
- Menschen mit Diabetes. Diabetes heißt auch Zucker-Krankheit.
- Menschen mit schwachen Abwehr-Kräften des Körpers.

Wenn eine Situation auf Sie zutrifft,  
dann gehen Sie bei Blasen-Beschwerden bitte auf jeden Fall  
zum Arzt oder zur Ärztin.

## Was sind Anzeichen für eine Blasen-Entzündung?

Viele Frauen kennen diese Anzeichen:

- Sie müssen häufig zur Toilette.
- Sie müssen ganz schnell zur Toilette.
- Manchmal kommen nur wenige Tropfen Urin.
- Es brennt, sticht oder schmerzt beim Wasserlassen.

Wenn Frauen diese Anzeichen haben,  
dann haben Sie wahrscheinlich eine Blasen-Entzündung.  
Oft treten die Beschwerden plötzlich auf.

Manchmal gibt es auch diese Anzeichen:

- Sie fühlen sich schlapp und krank.
- Sie haben Blut im Urin.



Foto: © dragonstock - stock.adobe

## Warum kommt es zu einer Blasen-Entzündung?

Die Entzündung entsteht meistens durch Bakterien.

Die Bakterien kommen von außen in die kurze Harn-Röhre der Frau.

Die kurze Harn-Röhre verläuft bei der Frau gleich neben der Scheide.

Sie führt dann von der Scheide zur Blase.

In bestimmten Situationen und bei bestimmten Menschen kommt es leichter zu einer Blasen-Entzündung.

Zum Beispiel, wenn

- die Frau bestimmte Verhütungs-Mittel nimmt, die in die Scheide eingeführt werden.
- die Frau vorher mit einem Mann Sex gehabt hat.
- in der Familie der Frau viele Frauen immer wieder Blasen-Entzündungen bekommen.
- die Frau bei der 1. Blasen-Entzündung unter 15 Jahre alt war.
- wenn sich die Hormone der Frau in den Wechsel-Jahren verändern.  
Hormone steuern wichtige Funktionen des Körpers.

## Welche Untersuchungen gibt es?

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt fragt Sie nach Ihren Beschwerden und nach anderen Krankheiten. Dann kann die Ärztin oder der Arzt häufig schon sagen: Sie haben eine einfache Blasen-Entzündung.

Manchmal untersucht die Ärztin oder der Arzt zusätzlich Ihren Urin mit einem Test-Streifen.

Noch mehr Untersuchungen werden gemacht, wenn Sie

- häufig eine Blasen-Entzündung haben.
- bereits andere Krankheiten oder Veränderungen im Körper haben.

Dann machen die Ärztinnen und Ärzte zum Beispiel

- eine Urin-Untersuchung.  
Fachleute untersuchen den Urin in einem Labor.
- eine Bild-Untersuchung der Harn-Wege,  
etwa einen Ultraschall.



Ultraschall-Gerät  
Foto: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

## Wie wird eine Blasen-Entzündung behandelt?

Eine einfache Blasen-Entzündung heilt oft schnell.

Es reicht, wenn Sie viel trinken.

Es bleiben keine Schäden.

Wenn Sie nur leichte Schmerzen haben,  
dann brauchen Sie keine Medikamente.

Sie haben starke Beschwerden und Schmerzen?

Es soll schnell besser werden?

Dann ist eine ärztliche Behandlung gut.

Sie haben 2 Möglichkeiten:

- Sie bekommen ein **Antibiotikum** von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.  
Das ist ein Medikament gegen die Bakterien in der Blase.  
Ein Antibiotikum nehmen Sie meist als Tablette ein.
- Sie bekommen ein Medikament  
gegen Schmerzen und Entzündungen,  
zum Beispiel Ibuprofen-Tabletten.

Gemeinsam mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt besprechen Sie,  
welche Behandlung für Sie geeignet ist.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt erklärt Ihnen  
die Vorteile und Nachteile der Behandlungen.

Nach 2 Wochen sollten die Beschwerden besser sein.

Sonst gehen Sie wieder in die Arztpraxis.



Foto: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

## Wie werden Blasen-Entzündungen behandelt, die oft wiederkommen?

Ungefähr 3 von 100 Frauen haben häufig Blasen-Entzündungen. Diese Frauen haben mehr als 3 Blasen-Entzündungen im Jahr. Obwohl sie alles richtig machen. Häufige Blasen-Entzündungen sind unangenehm, aber sie sind nicht gefährlich.

Wenn Sie oft eine Blasen-Entzündung haben, dann soll die Ärztin oder der Arzt nach den Ursachen suchen.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt bespricht mit Ihnen, was Sie zusätzlich machen können.

Sie können zum Beispiel nehmen:

- Mittel für eine starke Körper-Abwehr.  
Diese Mittel nennt man Immun-Stimulanzien.
- den besonderen Zucker Mannose.  
Der Zucker bindet Bakterien in der Blase.  
Die Blase scheidet die Bakterien mit dem Zucker wieder aus.
- bestimmte pflanzliche Mittel.  
Die Mittel töten die Bakterien in der Blase.  
Zum Beispiel Mittel aus Meerrettich-Wurzel  
oder Brunnen-Kresse-Kraut.
- ein Antibiotikum 3 bis 6 Monate lang.  
Das Antibiotikum soll Sie  
vor weiteren Blasen-Entzündungen schützen.



## Welche Mittel helfen nicht?

Diese Mittel helfen bei einer Blasen-Entzündung **nicht**.

- Cranberries oder Moos-Beeren, zum Beispiel als Säfte, Kapseln, getrocknete Beeren oder Tabletten.
- harntreibende Mittel aus Pflanzen, zum Beispiel Birken-Blätter, Schachtel-Halm oder Brenn-Nessel. Bei harntreibenden Mitteln müssen Sie häufig Wasser lassen.
- homöopathische Mittel, also Stoffe aus der Alternativ-Medizin.
- die Behandlungen der traditionellen chinesischen Medizin.

Manchmal können diese Mittel der Gesundheit sogar schaden.

## Was können Sie selbst tun?

Sie können viel tun, damit Sie **keine** Blasen-Entzündung bekommen. Oder damit die Blasen-Entzündung schnell heilt.

- Nehmen Sie die Medikamente immer so ein, wie es Ihre Ärztin oder Ihr Arzt gesagt hat. Das ist besonders wichtig bei einem Antibiotikum.
- Trinken Sie 1,5 bis 2 Liter am Tag. Die Flüssigkeit spült die Bakterien aus der Blase.
- Gehen Sie regelmäßig auf die Toilette. Entleeren Sie die Blase möglichst vollständig.
- Gehen Sie immer gleich nach dem Sex auf die Toilette.
- Wärme kann gegen die Schmerzen helfen.
- Pflegen Sie Ihren Intim-Bereich nur mit Wasser. Der Intim-Bereich sind Ihre Geschlechts-Organen, zum Beispiel Ihre Scheide. Vermeiden Sie scharfe Seife oder besondere Wasch-Cremes für den Intim-Bereich. Und reiben Sie Ihre Haut beim Waschen nur leicht. Sonst schädigen die Mittel Ihre Schleim-Häute im Intim-Bereich.
- Sie nehmen als Verhütungs-Mittel ein Diaphragma? Oder Verhütungs-Cremes, die Spermien töten? Dann sollten Sie vielleicht ein anderes Verhütungs-Mittel nehmen.
- Ziehen Sie warme Sachen und Schuhe an. Wenn Ihnen sehr kalt ist, bekommen Sie vielleicht schneller eine Blasen-Entzündung.





**Special  
Olympics  
Deutschland**



## Wer hat dieses Informations-Blatt gemacht?

Dieses Informations-Blatt ist vom  
Ärztlichen Zentrum für Qualität in der Medizin, kurz: ÄZQ.  
Das ÄZQ ist eine Gruppe von Fachleuten für Gesundheit.  
Die Informationen auf diesem Blatt sind zuverlässig und aktuell.  
Mehr über das ÄZQ erfahren Sie unter:

[www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)

Oder Sie schreiben dem ÄZQ eine E-Mail: [patienteninformation@azq.de](mailto:patienteninformation@azq.de)

Für die Texte in Leichter Sprache arbeitet das ÄZQ  
zusammen mit Special Olympics Deutschland, kurz: SOD.  
SOD ist die größte Sport-Organisation  
für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung.  
SOD kennt sich besonders gut aus beim Thema  
Sport und Gesundheit bei Menschen mit geistiger Behinderung.  
Mehr Informationen zum Thema Gesundheit in Leichter Sprache  
finden Sie unter: [www.gesundheit-leicht-verstehen.de](http://www.gesundheit-leicht-verstehen.de)

Den Original-Text zu diesem Informations-Blatt finden Sie unter:  
[www.patienten-information.de/kurzinformationen/blasenentzuendung](http://www.patienten-information.de/kurzinformationen/blasenentzuendung)

Stand: Juni 2021