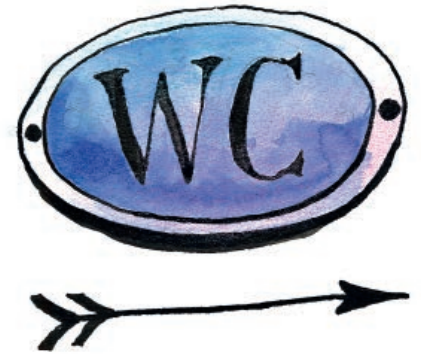


BLASEN- ENTZÜNDUNG, IMMER WIEDER?



ROLAND VONTOBEL ist diplomierte(r) Drogist und kantonale(r) approbierter Naturarzt. In Teufen führt er seit 1998 die Praxis Tannenhof.

ROLAND VONTOBEL Text // WERNER MEIER Illustration

Hatten Sie auch schon eine Blasenentzündung, die zwar schnell mit Antibiotika behandelt wurde, einige Wochen später aber bereits wieder ausbrach? Blasenentzündungen sind normalerweise banale Erkrankungen, häufiger bei Frauen als bei Männern anzutreffen. Auslöser für Entzündungen sind oft kalte oder nasse Füße, unzureichende Bekleidung, das Trinken von kalter Flüssigkeit, oder sie tritt als Komplikation bei anderen Erkältungskrankheiten auf. Bei älteren Männern kann auch eine Prostatavergrößerung vorliegen.

Die Blase ist ein Hohlorgan aus Muskelfasern, innen mit einer Schleimhaut ausgekleidet. Sie ist elastisch und kann sich bei Bedarf ausdehnen und bis zu $\frac{3}{4}$ Liter Urin aufnehmen. Es

kommt zu einem Spannungszustand und als Folge davon zu Harndrang. Nachts ist der Harndrang stillgelegt.

Wenn Bakterien in die Blase eindringen, kann die Schleimhaut gereizt werden und es entsteht eine Blasenentzündung, Cystitis genannt. Diese führt zum Zusammenziehen der Blasenwand, wodurch starker Harndrang auch bei leerer Blase entsteht. Die Blasenentzündung zeigt sich in häufigem Harndrang, Schmerzen und Brennen beim Wasserlösen und wunden Schmerzgefühl nach der Entleerung. Bei Kindern kann Bettnässen auftreten, bei schweren Entzündungen kommt es zu Fieber. Der Urin wird oftmals trübe oder färbt sich durch den Blutgehalt rötlich bis braun.

Wie kann nun die Blasenentzündung natürlich behandelt werden? Wichtig ist, den Schmerz, der in der Anfangsphase sehr stark ist, möglichst schnell zu lindern. Oft gelingt dies mit homöopathischen Mitteln wie Aconitum, Belladonna oder Cantharis. Gleichzeitig soll die Blase mit einem Blasentee, der Bärentraubenblätter, Erikakraut und Schachtelhalm enthält, gespült werden. Trinken Sie in den ersten Tagen reichlich davon und achten Sie auch auf eine basische Ernährung mit viel Gemüse. Oder machen Sie eine Schaukeldiät: Am einen Tag essen Sie basisch und am anderen sauer – Bakterien lieben diese Abwechslung gar nicht. Natürliche Tabletten mit Meerrettich und Kapuzinerkresse eliminieren wie ein natürliches Antibiotikum die Bakterien und schützen vor Rückfällen. Gleichzeitig empfehle ich das Auflegen von heissen Heublumensäcken oder aufsteigende Fussbäder.

So behandelt, sollten die Schmerzen nach zwölf Stunden vorbei sein. Seien Sie aber vorsichtig, der Heilungsprozess braucht einige Tage und der Urin sollte währenddessen immer wieder kontrolliert werden. Bei Rückfällen oder wenn sich die Schmerzen nicht legen, sollte ein Naturarzt oder Arzt konsultiert werden.

