



## Heilpraxis Anke Neumann-Roß

Vogelweide 2c - 85375 Neufahrn  
08165 5104 oder 08161 8626171  
[info@heilpraxis-an.de](mailto:info@heilpraxis-an.de)  
[www.heilpraxis-an.de](http://www.heilpraxis-an.de)

### Blasenentzündungen – lästig und unangenehm

... und meist ein Frauenthema – Blasenentzündungen kennt wohl jede von uns. Die meisten erleben diese zwar nur sehr selten, dafür akut. Viele Frauen haben aber häufig wiederkehrende Blasenentzündungen, ohne zu wissen, warum. Hier kann der Weg in die Naturheilpraxis ein Ende der Leidensspirale bedeuten.

Eine Blasenentzündung kann natürlich auch Männer betreffen. Doch aufgrund der anatomisch viel kürzeren Harnröhre bei Frauen leiden diese deutlich häufiger darunter. Oft sind es akute Entzündungen, die sich durch Ziehen im Unterleib, häufigen Harndrang bei wenig Harnmenge, schmerzhaftem Wasserlassen mit Blut oder Eiter im Urin äußern. Auch Fieber ist möglich. Viele Frauen erleben das nur selten, doch eine zunehmende Zahl leidet sehr häufig darunter. Auch nach dem Geschlechtsverkehr klagen viele Frauen über Blasenentzündungen. Wie jeder rezidivierende Infekt kann dies auch hier auf ein geschwächtes Immunsystem, besonders der lokalen Schleimhautabwehr von Harnröhre und Blase, hindeuten. Damit einher geht erfahrungsgemäß meist eine ungünstige Verschiebung der so wichtigen Darmflora, da hier der größte Teil unseres Immunsystems sitzt.

Während bei akuten Blasenentzündungen häufig zu Antibiotika gegriffen wird, um das Aufsteigen der Bakterien zu verhindern, ist bei häufigem Gebrauch genau das ein Punkt, der zu chronischen Entzündungen führen kann, weil Antibiotika das so wichtige Gleichgewicht der Immunabwehr empfindlich und nachhaltig stört. So können frühere Harnwegsinfekte und ein geschwächtes Immunsystem die Basis für neue Infekte legen. Auch erleben wir in der Naturheilkunde häufig eine Art „Verlagerung“. Gab es zunächst einen grippalen Infekt, der nicht oder antibiotisch behandelt wurde, verschwindet dieser, kann aber als Infekt an anderer Stelle wieder zutage treten. Mit einem einfachen Urintest werden häufig in der Praxis auch Entzündungen oder Blut im Urin aufgedeckt, die keine Symptome verursachen und der betroffenen Frau gar nicht auffielen. Doch ist dies oft ein Hinweis auf chronisch verlaufende Entzündungen des Harntraktes, die auf keinen Fall unbehandelt bleiben sollten.

#### Welche Wege bietet die Naturheilkunde?

Bei einem akuten Harnwegsinfekt leisten oft Nieren- und Blasentees gemeinsam mit hochdosierten pflanzlichen Antibiotika kompetente Hilfe. In Kombination mit pflanzlichen oder homöopathischen Mitteln kann sich die Blasenschleimhaut stärken und regenerieren und Keimen fällt es schwer, sich dort zu halten. Den meisten Frauen tut Wärme und Ruhe gut. Bei ständig wiederkehrenden Entzündungen des Harntraktes sind die gute Sanierung der Darmflora und eine Einstellung des Säure-Basen-Haushalts wichtige Maßnahmen. Auch die Abklärung emotionaler und partnerschaftlicher Themen bringt oft große Erleichterung und entlastet Blase und Seele gleichermaßen. Eine Umstimmung des Immunsystems durch Eigenblutbehandlungen, seine Stärkung durch Vitamin C und Zink sowie der Abbau chronischer Entzündungen sind wichtige Schritte. Denn chronische Entzündungen bedeuten meist, dass der Körper alte, nicht ausgeheilte Infekte aus eigener Kraft nicht überwindet. So geben ihm die genannten Möglichkeiten oft den entscheidenden Anstoß, diese Hürde zu nehmen. Eine spätere kurmäßige Anwendung von z.B. Blasentees, Cranberry, guter Dampfpflege und Vitalstoffversorgung können das Gesamtsystem hervorragend stabilisieren.

Haben Sie Fragen zu diesem Thema oder andere gesundheitliche Anliegen? Dann kontaktieren Sie mich gerne

Es grüßt Sie herzlich,

Ihre Anke Neumann-Roß

©Text: Anke Neumann-Roß, Heilpraktikerin