

4 FACHLEUTE – 4 BEHANDLUNGSSTRATEGIEN

Reizblasen-Syndrom

1



HP Claus Jahn
Achalmstr. 3
73230 Kirchheim
E-Mail: c.jahn@naturheilpraxis-jahn.de

Basis- und Ursachentherapie mit Komplexmitteln

Die Ursachen für eine Reizblase sind mannigfaltig und werden selten wirklich eruiert. Allerdings ist die Ursachenfindung wichtig für eine erfolversprechende Therapie. Nur so lässt sich die Erkrankung nicht nur mit Basispräparaten, sondern auch kausal therapieren.

Je nach Symptomatik kommt eines der folgenden Basispräparate in Betracht:

Brennen und schmerzhafte Krämpfe beim Wasserlassen: Cantharis N Synergon 59 (Fa. Kattwiga): 3 × tgl. 15 Tr.

Brennschmerz, starke psychische Mitbelastung: Trieno spag. Peka (Fa. Pekana): 3 × tgl. 20 Tr.

Stechende, brennende Schmerzen, auch mit Fieber: Pflügerplex Terebinthina® 196 H (Fa. Pflüger): 3 × tgl. 15 Tr.

Brennende Miktionsschmerzen mit rheumatisch-hydrogenoiden Aspekten: Acidum benzoicum Komplex Nr. 28 (Fa. Nestmann): 3 × tgl. 15 Tr.

Akute Zystitis mit allgemeiner Schwäche: Cantharis Similiplex® (Fa. Pascoe): 3 × tgl. 15 Tr.

Je nach Ursache kann die Basistherapie ergänzt werden: Vegetative Dystonie, Stress, psychische Belastungen: Hypericum

Komplex Nr. 52 (Fa. Nestmann), Calmvalera® (Fa. Hevert), P-sta spag. (Fa. Pekana)

Hormonelle Veränderungen: bei Frauen Glandulae-F-Gastreu® R20 (Fa. Reckeweg); bei Männern Testes comp. (Fa. Heel)

Beckenbodenverspannungen: Apis-N-Komplex (Fa. Hanosan), Magnesium phosphoricum Synergon 132 (Fa. Kattwiga)

Alter: Juve-Cal spag. Peka NR (Fa. Pekana), Metasilicea S (Fa. Meta Fackler)

Chronische Obstipation: Podophyllum Synergon 7a (Fa. Kattwiga), Pflügerplex® Alumina 359 (Fa. Pflüger)

Adipositas: Cefamadar® (Fa. Cefak)

Uterus-/Blasensenkung: Aletris N Oligoplex® (Fa. Madaus)

Prostatahypertrophie: Sabal Homaccord (Fa. Heel), Populus SPL (Fa. Pascoe)

Bei hohem Beschwerdedruck eines der folgenden Präparate neuraltherapeutisch einsetzen: Infi-Cantharis (Fa. Infirmarius), Procain 1%, Pascorenal N (Fa. Pascoe), JUV 110 (Fa. Phönix).

Paravertebral von L4 bis etwa S3 und ca. 2 fingerbreit oberhalb Os pubis i.c./s.c. (Procain i.c.) applizieren, max. 3 × wöchentlich. ■

2



HP Irene Kolbe
Herthastr. 18
30559 Hannover
Internet: www.heilpraktiker-spektrum.de

Das veränderte Milieu regulieren

Das Reizblasensyndrom kann als Restsymptomatik nach einer Zystitis, aber auch unabhängig von vorangegangenen Entzündungen auftreten. Eine Dysbalance im Säuren-Basen-Haushalt verstärkt die Symptomatik. Deshalb empfiehlt sich die Eigenkontrolle des Urin-pH mit Indikator-Papier, möglichst 3–4 × tgl. Der physiologische pH-Wert zeigt je 2 × tgl. eine Säure- und Basenflutung – die zirkadianen Rhythmen. Bei einer Reizblase fehlt häufig die leicht saure Phase morgens und nachmittags.

Akutbehandlung

Notakehl® D5 Tr. dienen der Entzündungsregulation. Sie werden im stündlichen Wechsel mit Fortakehl® D5 Tr. eingenommen, welche die Schleimhaut-Zellmembran stabilisieren. Beide Mittel: je 5 Tr. pro Einnahme. Ergänzend regulieren 3–5 × tgl. 5 Tr. des homöopathischen Komplexmittels Sanucyst® den Schleimhautreiz. Zusätzlich kann ein Mittel aus dem Citronensäure-Zyklus das Milieu ausgleichen, z.B. 2 × tgl. 1 Tbl. Citrokehl®. (Präparate Fa. Sanum)

Rezidivierende Verläufe

Hierbei ist die Regulations-Stufen-Therapie anwendbar: In der 1. Phase ein Milieumittel (Citrokehl®, 2 × tgl. 1 Tbl.) und nach 14 Tagen (2. Phase) spezielle Regulate (z.B. 2 × tgl. 5 Tr. Sankombi® D5), um die Schleimhaut aufzubauen. Immunmodulatoren (z.B. 1 × tgl. 3 Tr. Bovisan® D6) und Haptene (z.B. 1 × tgl. 6 Tr. Sanukehl® Coli D6) regen zusätzlich die unspezifische Abwehr an und binden die Toxine. (Präparate Fa. Sanum)

Nicht entzündliche Reizblase

Die Reizblasenursache ist ohne vorherige Entzündung schwieriger zu bestimmen. Dann kommen verstärkt manuelle Verfahren zur Anwendung. Auch hier gilt, das Milieu in physiologische zirkadiane Rhythmen zu bringen. Dabei ist das Leitmittel Fortakehl® (1 × tgl. 5 Tr./1 × tgl. 1 Kps., Fa. Sanum). Zudem ist eine Überprüfung des Mikrobioms angezeigt, v.a. der sekretorischen IgA. Sie sind beim Reizblasen-Syndrom oft vermindert.

Zusätzlich stärkt die Gundelrebe-Urtinktur (2 × tgl. 3 Tr. Glechoma hederacea, Fa. Ceres) die Schleimhautintegrität. ■

Dieser Artikel ist online zu finden:
<http://dx.doi.org/10.1055/a-0882-2560>

3



HP Lisa Rauth
 Alfred-Delp-Str. 13
 97855 Triefenstein
 E-Mail: info@lisa-rauth.de
 Internet: www.lisa-rauth.de

Mikrobiom in Blase und Darm stärken

Bereits vor einigen Jahren kippte das Dogma, Urin sei steril. Die Blase ist im Gegenteil vielfältig mikrobiell besiedelt. Das Mikrobiom der Blase spielt eine wichtige Rolle in der Pathophysiologie der motorischen und sensorischen Reizblase: der Verlust der mikrobiellen Diversität korreliert mit der Heftigkeit der klinischen Symptome. Mehrere Studien zeigten außerdem, dass die Reizblase und anamnestiche Vorerkrankungen wie Reizdarmsyndrom, enterale Dysbiose, gastrointestinalen Infektionen mit Diarrhoen, Dyspepsie oder Giardia lamblia-Infektionen hochsignifikant zusammenhängen. D.h.: Wenn Betroffene unter den Vorerkrankungen litten, war eine Reizblase wahrscheinlicher. Daher ist es ratsam, den therapeutischen Blick nicht nur auf die Blase, sondern auch auf den mikrobiell dicht besiedelten Darm zu lenken. Den Darm mit nützlichen Symbionten wiederzubesiedeln, dient dazu, entzündete Schleimhäute zu regenerieren, das Immunsystem zu regulieren, die Abwehr pathogener Keime zu verbessern und das vegetative Nervensystem durch Repolarisie-

rung und Stabilisierung reizgeschädigter Zellmembranpotenziale zu beruhigen. Ein weiterer Aspekt: Pathogene E. coli (mittels DNA-Analyse nachgewiesen) wandern wegen fleischkonsumbedingter Milieuveränderungen verstärkt aus dem Darm in die Blase aus. So ist auch hier eine gemüsereiche Ernährung ein wichtiger Faktor.

Probiotische Therapie

Zur Darmsanierung und bei stummer Entzündung: OMNiBiOTiC® Flora plus, 1 Beutel morgens auf nüchternen Magen; OMNiBiOTiC® Stress (beide Präparate Fa. Institut Allergosan), 1 Beutel abends vor dem Schlafengehen. Therapiedauer: 3–6 Monate.

Biochemische Therapie

Gegen Entzündungen und um das Immunsystem zu stärken: Schüßlersalz Nr. 7 Magnesium phosphoricum D 6, mehrmals tgl. bis zu insgesamt 50 Tbl. tgl. als „Heiße 7“. Zur Regulation von nervalen Impulsen und Entkrampfung: Schüßlersalz Nr. 3 Ferrum phosphoricum D 12, 3 × tgl. 10 Tbl. (Präparate Fa. Pflüger) ■

4



HP Andrea Beck
 Arminstr. 34
 78054 Villingen-Schwenningen
 E-Mail: info@biobalance-beck.de

Kausale Therapie mit Heilpflanzen

Typisch für die Reizblase sind häufige Toilettengänge mit geringen Urinmengen (auch nachts), evtl. Urinabgang beim Lachen/Husten sowie verstärkter Harnrang. Selten sind Schmerzen beim Wasserlassen. Mögliche Grunderkrankungen sollten abgeklärt werden, z.B. Diabetes, neurologische Erkrankungen wie Morbus Parkinson und MS, Tumorerkrankungen. Auch Adipositas, Schwangerschaft, Bestrahlungen im kleinen Becken und Medikamentennebenwirkungen (z.B. Diuretika, Antidepressiva) kommen ursächlich in Frage. Ferner ist die Ernährung zu beachten: Kaffee und Alkohol wirken harntreibend und verstärken die Reizblasensymptomatik. Zitrusfrüchte, scharfe Gewürze, Aromastoffe etc. können die Blasen-schleimhaut reizen.

Reizblasensymptome können mit Angst, Stress, Nervosität, psychischen Belastungen und Beziehungsproblemen zu tun haben. Beruhigend und entspannend wirken Baldrianwurzel, Lavendelblüten, Melissenblätter, Hopfenzapfen, Passionsblume oder Johanniskraut als Tee, Teemischung oder Urtinktur. Bei stressbedingter Reizblase ver-

bunden mit starker Erschöpfung helfen Adaptogene, z.B. Rosenwurz.

Östrogenmangel bei Frauen sorgt für empfindliche, trockene Schleimhäute u.a. an Blase und Harnröhre. Hier helfen Phytoöstrogene (Hopfen, Rotklee, Traubensilberkerze) oder Lignane (z.B. Leinsamen).

Um die Blasenmuskulatur zu stärken, finden bei einer Reizblase als auch bei einer benignen Prostatahyperplasie (BPH) Kürbiskerne (Linolsäure und Phyto-sterole) ihren Einsatz. Bei einer BPH helfen zudem Präparate aus Sägepalme und/oder Brennnesselwurzel. Sie wirken entzündungshemmend, lindern Beschwerden wie häufigen, abgeschwächten Harnstrahl und Nachträufeln. Darüber hinaus verzögern sie über die Hemmung der 5-alpha-Reduktase ein weiteres Wachsen der Prostata. Wichtig: früher Therapiebeginn.

Bei schwachem Bindegewebe hilft der kieselsäurehaltige Ackerschachtelhalm als Urtinktur, bei Krampfneigung die Echte Goldrute als Tee. Sie wirkt aquare-tisch, krampflösend, blasenstärkend und entzündungshemmend. ■