



Harnwegserkrankungen

Frauengesundheit aus der Natur

Wertvolle Tipps zur Vorbeugung
und Behandlung

Wenn es zieht und brennt

Mehr als 60 % aller Frauen leiden mindestens einmal in ihrem Leben an einer **Harnwegsinfektion**. Bei über 70 % der Betroffenen handelt es sich um immer wiederkehrende Blasenentzündungen, einer sogenannten Zystitis, die sich durch die typischen Symptome wie Ziehen im Unterleib und Brennen beim Wasserlassen äußert.



Warum kommt es bei der Frau so häufig zu Blasenentzündungen?

Die Harnröhre der Frau ist etwa nur 3 cm kurz, so dass Keime leicht eindringen und in der Blase Entzündungen auslösen können. Des Weiteren befinden sich zahlreiche Keime im Analbereich, der sehr nahe an der Harnröhrenöffnung liegt. Gelangen Keime wie z. B. das für den Darm „gute“ Bakterium *Escherichia coli* in den Harntrakt, kann es dort Entzündungen auslösen.

Weitere Ursachen

- eine falsche Analhygiene
- eine gestörte Vaginalflora
- der Einsatz von Diaphragmen oder Spermiziden
- Bakterien in warmen Badeseen/Pools
- kalte Füße

Wiederkehrende Blasenentzündungen – wie vorbeugen?

Um wiederkehrende Blasenentzündungen zu vermeiden, sollten Sie die folgenden Empfehlungen beachten:

Verbessern Sie Ihre Analhygiene

- verwenden Sie feuchtes Toilettenpapier und wischen Sie von vorne nach hinten, um das Eindringen von Bakterien aus dem Analbereich in die Harnröhre zu vermeiden

Sorgen Sie für eine gesunde Vaginalflora

- vermeiden Sie die Anwendung saurer Seifen
- benutzen Sie keine Intimgels
- tragen Sie keine synthetische, sondern kochbare Unterwäsche
- achten Sie bei der Verwendung von Tampons auf besondere Hygiene
- spülen Sie mögliche Keime nach dem Geschlechtsverkehr durch Wasserlassen aus



Was können Sie sonst noch zur Vorbeugung tun?

- trinken Sie mindestens 2 Liter pro Tag
- wechseln Sie rasch nasskalte Badebekleidung
- vermeiden Sie kalte Füße und längeres Sitzen auf kalten Flächen

Was tun bei erneuter Blasenentzündung?

Wenn Blasenentzündungen immer wiederkehren, sollten diese sinnvoll behandelt werden. Dabei müssen es nicht immer Antibiotika sein.

Unkomplizierte Blasenentzündungen selbst behandeln

Das natürliche Präparat Uvalysat® Flüssigkeit mit dem Auszug aus Bärentraubenblättern kann entzündliche Erkrankungen der ableitenden Harnwege effektiv und zuverlässig behandeln. Uvalysat® Flüssigkeit wird aufgrund seiner Darreichungsform schnell resorbiert, was gerade am Tag 1 einer Harnwegsinfektion wichtig ist! Auch Experten empfehlen Bärentraubenblättereextrakt mit Arbutin und Flavonoiden zur Behandlung unkomplizierter Harnwegsinfektionen und raten auf den Verzicht von Antibiotika.

Wann Blasenentzündungen nicht selbst behandeln?

Schwangere und Patientinnen mit Nierenfunktionsstörungen, Fehlbildungen im Harntrakt oder Diabetes müssen auf eine Eigenbehandlung einer Blasenentzündung verzichten.

Bei komplizierten Blasenentzündungen zur/zum Ärztin/Arzt

Wenn Fieber auftritt, Blut im Urin oder die Symptome wie Ziehen und Brennen nach 7 Tagen noch bestehen, sollten Sie eine/einen Ärztin/Arzt aufsuchen! Auch eine Behandlung mit Antibiotika kann dann angezeigt sein.

Es müssen nicht immer Antibiotika sein!

Bei unkomplizierten Harnwegsinfekten sind Antibiotika nicht das Mittel der Wahl und bergen die Gefahr von unerwünschten Nebenwirkungen und Resistenzen*!

* Unempfindlichkeit des Krankheitserregers gegenüber einem bestimmten Antibiotikum.

Bärentraubenblätter – antibakteriell und antientzündlich

Der Extrakt aus Bärentraubenblättern enthält Arbutin und Flavonoide. Arbutin wird im Körper in Hydrochinon umgewandelt, das antibakteriell wirkt. Flavonoide beschleunigen den Heilungsprozess durch ihre anti-entzündliche Wirkung.*



Standardisierte Dosierung sichert Wirksamkeit und Qualität

Die antibakterielle und antientzündliche Wirkung ist durch eine Tagesdosis von 500 bis 800 mg Arbutin gegeben, die z. B. durch 4 × 2–3 ml Uvalysat® Flüssigkeit erreicht wird. Somit wissen Sie immer genau, wieviel Wirkstoff Sie einnehmen müssen, um die gewünschte Wirkung zu erzielen.

* Dr. B.M. Busetto et al., Uni-Rom, Italy, BMC Urol. 7/2014



Besuchen Sie auch unsere Website:
www.ysat.de

Uvalysat® bei unkomplizierten Harnwegsinfekten

Uvalysat® Flüssigkeit mit dem Wirkstoffauszug aus Bärentraubenblättern ist das Mittel der Wahl bei unkomplizierten Harnwegsinfekten.



Lernen Sie auch unsere anderen Produkte für die Frau kennen:

Salvysat® Flüssigkeit und Salvysat® 300 mg Filmtabletten

mit dem Wirkstoffauszug aus Salbeiblättern gegen starkes Schwitzen.

Styptysat® plus Dragees*

mit Hirtentäschelkraut und Vitamin K zur unterstützenden Behandlung einer starken Regelblutung.

*Styptysat® plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung.