



Dr. med. Bodo Grahlke

Facharzt Gynäkologie und
Geburtshilfe FMH

Mit Kapuzinerkresse antibiotikafrei akute Blasenentzündungen behandeln

Kapuzinerkresse: Das Wichtigste im Überblick

Die Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*) stammt ursprünglich aus Peru. Im 17. Jahrhundert gelangte sie nach Europa und hat sich in den Gärten rasch einen Platz als Gewürz- und Zierpflanze erobert. Die Blüten und Blätter sind essbar und finden Verwendung in der Küche, zum Beispiel als Dekoration in Salaten.

Aufgrund der reichlich enthaltenen Senfölglykoside werden Kapuzinerkressen auch als Heilpflanze sehr geschätzt.

Die Pflanzen besitzen eine starke **antibakterielle und antimykotische (pilzhemmende) Wirksamkeit**.



dagmar zechel_pixelio.de

Die Blätter der Kapuzinerkresse werden daher zu Arzneimitteln verarbeitet. Besonders wirksam ist ein Kombipräparat mit Meerrettich, das bei Blasenentzündung und Atemwegserkrankungen eingesetzt wird. Vermutlich wirkt sie ausserdem antiviral.

Sie hilft daher bei verschiedenen Beschwerden wie Entzündungen der Harnwege, Bronchitis, Schnupfen und Sinusitis. Äusserlich angewendet nutzt man die durchblutungsfördernde Wirkung der Senföle bei Prellungen und Sportverletzungen.

Produkte und Hausmittel

Beliebt ist die frische Heilpflanze samt Frischpflanzenpresssaft. Höher dosiert und damit wirksamer sind pflanzliche Präparate aus der Apotheke.

Kapuzinerkresse ist gut verträglich, besitzt dennoch wenige, zu beachtende Nebenwirkungen (nicht bei Magen- und Darmgeschwüren oder Nierenerkrankungen einsetzen, allergische Reaktionen sind möglich).

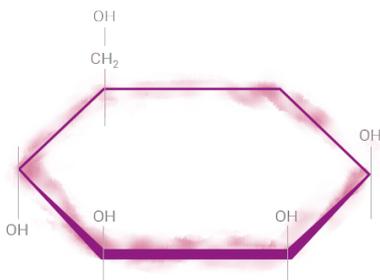
nach www.phytodoc.de



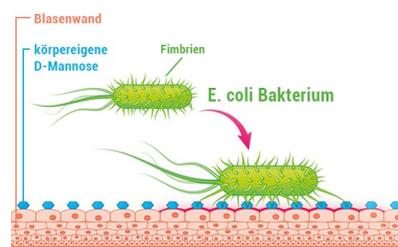


Blasenentzündung mit D-Mannose natürlich behandeln und vorbeugen

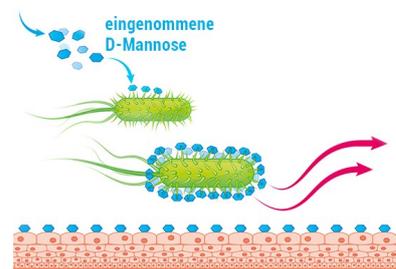
Was ist D-Mannose?



D-Mannose ist ein Monosaccharid, also ein Einfachzucker, der aus Glukose gewonnen wird und zur Behandlung von Blasenentzündungen eingesetzt wird. Mittels eines Vergärungsprozesses wird der Wirkstoff aus nicht-geerntetem Mais extrahiert. Der menschliche Körper produziert D-Mannose in kleinen Mengen bereits selbst – dadurch ist der Wirkstoff dem Körper nicht fremd und allgemein gut verträglich. In höherer Dosis hindert D-Mannose E.coli-Bakterien daran, sich an den Schleimhäuten anzusiedeln und so Entzündungen zu verursachen.



Wenn E.coli Bakterien bis in die Harnblase gelangen, heften sie sich dort mit ihren sogenannten Fimbrien an die körpereigenen D-Mannose-Rezeptoren und lösen eine Infektion aus – das klassische Brennen beim Wasserlassen, sowie der häufige Harndrang machen sich dann bemerkbar.



Wird D-Mannose nun oral eingenommen, so wird diese im Magen-Darmtrakt kaum verstoffwechselt, es gelangt daher letztendlich eine grössere Menge an D-Mannose in die Blase. Hier heften sich die D-Mannose-Moleküle an die Fimbrien der Bakterien. Die Konsequenz: Die Fimbrien sind besetzt und die Bakterien können sich nicht mehr an der Blasenschleimhaut festheften – die Bakterien sind also inaktiv. Sie werden dann einfach mit dem Urin ausgeschieden.

Hat D-Mannose Nebenwirkungen?

D-Mannose hat keine nachgewiesenen Nebenwirkungen. Der Einfachzucker wird in geringen Mengen bereits vom menschlichen Körper produziert, es handelt sich also um einen körpereigenen Stoff. Dies macht D-Mannose als Wirkstoff gegen Blasenentzündungen so gut verträglich.



Dr. med. Bodo Grahlke

Facharzt Gynäkologie und
Geburtshilfe FMH

Mit Bärentraubenblättern antibiotikafrei akute Blasenentzündungen behandeln

Wenn die Blase entzündet ist:

Cystinol® ist das pflanzliche Arzneimittel zur Akut-Behandlung von leichten, auch wiederkehrenden Harnwegsinfektionen.

Es ist das höchstdosierte standardisierte Präparat aus Bärentraubenblättern in der Schweiz. Das ist deshalb von Vorteil, weil durch die tägliche Einnahme von 3 x 2 Tabletten die empfohlene Tagesdosis des Wirkstoffes Arbutin (420 mg) erreicht wird und somit eine antibakterielle Wirkung erzielt werden kann.

Meistens sind es Frauen, die von einer entzündeten Blase betroffen sind, oft sogar mehrmals im Jahr. Cystinol® kann auch mehrmals im Jahr als Akut-Therapie gegen Blasenentzündung angewendet werden, jedoch maximal 7 Tage pro Erkrankung.



Anwendung

Cystinol® wird traditionell von Frauen zur Behandlung von Beschwerden bei leichten, auch wiederkehrenden Infektionen der unteren Harnwege angewendet.

Damit eine antibakterielle Wirkung erzielt werden kann, sollten Sie die nötige Tagesdosierung von 3 x 2 Tabletten einhalten (2 Tabletten nach jeder Hauptmahlzeit).

Bei Einhaltung der Tagesdosierung wird eine Arbutinmenge von 420 mg erreicht.

Cystinol® kann bis zu 7 Tage eingenommen werden. Halten die Symptome länger als 4 Tage an oder verschlimmern sie sich während der Anwendung, sollten Sie zwingend einen Arzt aufsuchen.

Wirkung

Nach der Einnahme der Cystinol®-Tabletten wird der Hauptwirkstoff Arbutin rasch vom Organismus aufgenommen, verstoffwechselt und danach in den Urin abgegeben.

Angekommen in der Blase werden die Stoffwechselprodukte des Arbutins (Cystinol®) von den entzündungsverursachenden Bakterien aufgenommen. Dadurch wird die für eine Akuttherapie nötige, antibakterielle Wirkung erzeugt.

Zusätzlich wirken die weiteren Inhaltsstoffe von Cystinol® entzündungshemmend und reduzieren die Anhaftung der Bakterien an der Blasen-schleimhaut. Nach erfolgter Wirkung werden die Bakterien mit dem Urin ausgeschieden.





Dr. med. Bodo Grahlke

Facharzt Gynäkologie und
Geburtshilfe FMH

Schon wieder eine Blasenentzündung

Das Immunsystem gegen wiederkehrende Blasenentzündungen wappnen.

Ist das Immunsystem stark, haben Bakterien wenig Chancen, sich in den Harnwegen einzunisten.

Ein vorbeugendes Arzneimittel, das ich Ihnen empfehle, ist das rezeptpflichtige Uro-Vaxom.

Untersuchungen haben die Wirksamkeit in der Vorbeugung bestätigt.

Im Durchschnitt erlitten die Patienten fast 40 Prozent weniger Rezidive an Harnwegsinfektionen innerhalb eines Zeitraumes von sechs bis zwölf Monaten.

Ausserdem profitierten die Patienten auch nach Beendigung der Einnahme durch nachhaltige Effekte einer erfolgten Uro Vaxom-



Foto: Carlo107 - iStockphoto.com

Einnahme: Deutlich weniger Harnwegsinfektionen auch nach Absetzen von Uro Vaxom, und kam es doch mal zu einer Durchbruchinfektion, war die Behandlungszeit kürzer. Uro Vaxom war gut verträglich.

Hemmung der bakteriellen Adhäsion (dass sich die Bakterien an den Schleimhäuten der Harnblase anheften können).

Es den Bakterien so ungemütlich wir nur möglich machen: Bestimmte Präparate zielen darauf ab, das Anheften der Bakterien an der Blasenwand oder

den Harnwegen, zu verhindern.

Cranberries und Mannitol verfolgen beide dieses Wirkprinzip.

Cranberrysaft wird schon seit Langem in der Volksmedizin bei Harnwegsinfektionen eingesetzt.

Einen Versuch mit Cranberryextrakten ist es wert.

Die Einnahme von Mannose pro Tag ist so effektiv wie eine Therapie mit einem Antibiotikum – bei weniger Nebenwirkungen.

nach www.ptaheute.de

Grundimmunisierung mit Urovaxom 90 Tabletten:

1x1/Tag für 3 Monate

danach jährlich 30 Tabletten:

1x1/Tag für 10 Tage gefolgt von 20 Tagen Pause