

Blasenentzündungen, Blasenschmerzen

... damit müssen Sie nicht leben

Bearbeitet von
Ines Ehmer

5. Auflage 2013. Taschenbuch. 200 S. Paperback
ISBN 978 3 86371 088 0
Format (B x L): 15 x 21 cm
Gewicht: 370 g

[Weitere Fachgebiete > Medizin > Human-Medizin, Gesundheitswesen > Medizin, Gesundheit: Sachbuch, Ratgeber](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Inhalt

Einleitung	1
Teil 1 Häufig wiederkehrende Blasenentzündungen	
1 Allgemeines zur Blase und zu Blasenentzündungen	
Erfahrungsberichte von Patientinnen: Kommt Ihnen das bekannt vor?	4
Selbsttest: Blasenentzündungen	7
Die Blase – ein wenig Theorie über ein erstaunliches Organ	8
2 Die akute Blasenentzündung	
Wer bekommt eine Blasenentzündung?	12
Wie bekommt man eine Blasenentzündung?	12
Was sind die Symptome einer Blasenentzündung?	14
Harnrang, Brennen, Druck – wie es dazu kommt.	15
Welche Abwehrmechanismen hat die Blase selbst?	15
3 Diagnostik von Blaseninfektionen	
Wie wird die Diagnose gestellt?	18
Die Urinuntersuchung	18
Ihre Krankheitsvorgeschichte	21
Was beim Sex passiert.	23
Die körperliche Untersuchung	31
Weitere Untersuchungen	32
4 Rückenschmerz und urologische Probleme – wie passt das zusammen? ...	
5 Schwangerschaft und Wechseljahre	
Schwangerschaft: Wie beeinflusst sie Ihre Blase?	36
Wechseljahre: Wie beeinflussen sie Ihre Blase?	37
Östrogene in den Wechseljahren: Welches ist das richtige?	38
6 Antibiotische Therapie der Blasenentzündungen	
Antibiotikabehandlung	40
Einteilung bakterieller Blaseninfektionen	42
Arten der Antibiotikatherapie und Begleitmaßnahmen	43

7 Harnröhreninfektionen	
Mögliche Ursachen	48
Behandlung der verschiedenen Harnröhreninfektionen	49
Wie können Sie einer Harnröhrentzündung vorbeugen?	50
8 Alternative Behandlungsmethoden von Blasenentzündungen	
Kräuter- und Naturheilmittel	52
Homöopathie	55
Vitamine, Mineralstoffe und Aminosäuren	57
Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)	57
Akupressur	58
Stress – Emotionen – Psyche	60
9 Tipps zur Selbsthilfe: Wie können Sie einer Blasenentzündung vorbeugen?	
Trinken und Ernährung	61
Sexuelle Aktivitäten	64
Hygiene-Tipps	64
Beim Sport	66
Stress-Management	66
Selbsttest: Chronische, nicht bakterielle Blasenentzündungen	68
Teil 2 Die schmerzende Blase: Chronische, nicht bakterielle Blasenentzündungen	
1 Allgemeines zu chronischen, nicht bakteriellen Blasenentzündungen	
Eine mysteriöse Erkrankung: Interstitielle Zystitis	70
Sie sind nicht allein!	70
Die Krankheit ist nicht „in Ihrem Kopf“, sie ist Realität!	72
Interstitielle Zystitis – ein neu entdecktes „altes“ Leiden	74
Was ist Interstitielle Zystitis (IC)?	74
Die Symptome von Interstitieller Zystitis	75
IC und andere Erkrankungen	76
Die objektiven Zeichen von IC	76
2 Diagnosestellung	
Wie gelangt man zur Diagnose „Interstitielle Zystitis“?	78
Welche Fragen wird Ihnen der Arzt noch stellen und warum?	78
Was ist der beste Test, um IC zu diagnostizieren?	84
Wird es neue, bessere Tests geben?	85

3 Mögliche Ursachen von Interstitieller Zystitis	
Theorien zu den Ursachen	87
Zusammenfassung der Ursachen	93
4 Das Urethral-Syndrom: Die „Schwester“ der Interstitiellen Zystitis	
Das akute Urethral-Syndrom	95
Das chronische Urethral-Syndrom	95
Ursachen des Urethral-Syndroms	95
Therapie des Urethral-Syndroms	97
5 Behandlung von Interstitieller Zystitis (IC) und Urethral-Syndrom	
Medikamentöse Therapie	98
Blaseninstillationen	108
Chirurgische Therapiemöglichkeiten	113
Neuere Therapiemöglichkeiten	118
Zukunftsperspektiven	120
Weitere unterstützende Therapieverfahren	121
6 Alles eine Frage der Nerven? Der Einfluss des Nervensystems	
Schädigung des Pudendusnervs	125
Beeinträchtigung des sympathischen Nervensystems	127
7 IC und Beckenbodenmuskulatur: Wie hängt das zusammen?	
Was versteht man unter Beckenbodenmuskulatur und wie funktioniert sie?	129
Fehlfunktionen der Beckenbodenmuskulatur	129
Was ist die Ursache für die Fehlfunktion des Beckenbodens?	132
Behandlungsmöglichkeiten	133
8 Selbsthilfemöglichkeiten und -strategien	
Interstitielle Zystitis und Ernährung	137
Vitamine, Mineralstoffe und Nahrungsergänzungsmittel	143
Blasentraining	146
Stress-Management	147
9 IC und Sexualität	
Sexualität ist ein normaler Bestandteil des Lebens	150
Wie kann IC Ihre Beziehung beeinflussen?	150
Wodurch entsteht der Schmerz beim Sex?	151
Wie kann man den Schmerzen beim Sex vorbeugen?	151
Was ist nach dem Sex sinnvoll?	153

10 IC und Hormone	
IC und Zyklus	154
Verhütung bei IC	155
Schwangerschaft	156
Wechseljahre	157
11 Leben mit Interstitieller Zystitis und chronischer Blasenentzündung	
Ratschläge und Tipps für das tägliche Leben	158
Was tun bei akuten Schmerz-„Anfällen“?	158
Was tun, wenn die Symptome um die Zeit der Menstruation „auflammen“? ..	159
Welche Hygienemaßnahmen sind sinnvoll?	160
Was sollten Sie bei sexuellen Aktivitäten beachten?	161
Wie können Sie sich die Untersuchungen beim Arzt erleichtern?	162
Welche Körperhaltung wirkt sich günstig auf die Beschwerden aus?	162
Umgang mit sich selbst	163
Umgang mit Gefühlen	164
Umgang mit Mitmenschen	164
Ein „schlechter“ Tag/eine „schlechte“ Nacht	164
12 Andere mögliche Begleiterkrankungen	
Reizdarmsyndrom	167
Fibromyalgie	168
Chronisches Müdigkeitssyndrom (CMS)	170
Vulvodynie	171
Ausblick	173
Teil 3 Anhang	
Adressen und Kontakte	177
Buchempfehlungen	179
Stichwortverzeichnis	181
Tagebuch über die Blasenentleerung	187
Schmerztagebuch	188