



## **Welche Faktoren begünstigen eine Blasenentzündung?**

*Viele verschiedene Umstände führen zu einer Blasenentzündung*

Viele verschiedene Umstände führen zu einer Blasenentzündung

Einige Faktoren, die eine Blasenentzündung fördern und damit eine große Rolle dabei spielen, ob es zu Blasenentzündung kommt, werden hier kurz erläutert.

Auch die Risikofaktoren spielen eine wichtige Rolle beim Verständnis der Blasenentzündungs-Entstehung.

Um eine Blasenentzündungen zu verhindern, kann man einige Fehler und Faktoren leicht selbst verhindern und vorbeugen. Einfache Verhaltensweisen um eine Blasenentzündung vorzubeugen oder zu verhindern.

### Hygienefehler

Bei einer Neigung zu Blasenentzündung ist die Hygiene ein großer Faktor zur Verhinderung dieser Krankheit. Ein großer Fehler bei der Hygiene kommt beim Toilettengang zum Tragen. Ein entscheidender Faktor das Bakterien aus der Analgegend zur Harnröhre gelangen, ist falsches Benutzen des Toilettenpapiers. Ganz wichtig ist, dass man sich immer von vorne nach hinten abwischt. Denn der kurze Weg zwischen Anus und Harnröhre bei Frauen ermöglicht Bakterien rasch in Richtung Blase zu wandern. So sollte man nach jedem Stuhlgang die Afterregion auch gründlich waschen.

### Auskühlen des Körpers oder oft kalte Füße

Kälte und Nässe sind weitere Risikofaktoren für eine Blasenentzündung. Schon unsere Großmütter wussten, dass man sich nicht verkühlen soll, weil sich sonst die Blase erkältet. Inzwischen wird dieser Faktor auch von der Medizin für wichtig gehalten, auch wenn die meisten Blasenentzündungen letztlich bakterielle Infektionen sind. Durch die Kälte und die damit bedingte schlecht Durchblutung werden die Blasenerven gereizt. Zuerst melden diese eine gefüllte Blase, danach verkrampft sich die Blase. Oft bleibt dann beim Wasserlassen eine gewisse Restharn-Menge zurück, in der sich eventuelle Bakterien wunderbar vermehren können. Bakterien sind im menschlichen Körper immer on Tour. Die Verkrampfungen im Blasenbereich sorgen auch für eine schlechtere Durchblutung der Blasenschleimhaut. So bildet diese ein ideales Angriffsfeld für Bakterien und kann ihnen weniger Abwehrkräfte entgegensetzen. Der nächste Punkt ist die verminderte Aufnahme von Flüssigkeit.

### Flüssigkeits-Defizit

Wenn der Patient generell wenig trinkt, ist der Urin meistens mehr oder weniger konzentriert. Dieser konzentrierte Urin reizt die Blasenschleimhaut und die Harnröhre umso mehr. Bei geringer Trinkmenge ist der Harndrang vermindert, der Patient geht selten auf Toilette und der Harn verbleibt zu lange in der Blase. Somit können sich Bakterien sehr gut vermehren und haben dann auch genügend Zeit, sich in der Blasenschleimhaut fest zu setzen. Mit einer ausreichenden Trinkmenge (2 - 3 Liter pro Tag) spült man die Blase immer gut durch. Damit wird den Bakterien der ideale Lebensraum genommen.

Dies waren leider nur ein paar wichtige Faktoren zur Vorbeugung einer Blasenentzündung. Einige weitere wichtige Maßnahmen und eine sehr effektive Methode gegen Blasenentzündung oder Nierenbeckenentzündung finden Interessierte Leser auf <http://www.blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info>

Diese Methode ist nicht nur besonders preiswert, nein sie geht auch extrem erfolgreich gegen Bakterien und Erreger in der Blase und den angrenzenden Organen vor. Somit kann eine Blasenentzündung relativ schnell und sicher behandelt werden.

Beste Gesundheit.

Isabell Starke  
16.01.2012

## **Pressekontakt**

Harnwegsinfektion Blasenentzündung

Frau Emma Malinowski  
Anargyri Street 247  
8073 Miliou

[blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info](mailto:blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info)  
[info@www.blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info](mailto:info@www.blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info)

## **Firmenkontakt**

Harnwegsinfektion Blasenentzündung

Frau Emma Malinowski  
Anargyri Street 247  
8073 Miliou

[blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info](mailto:blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info)  
[info@www.blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info](mailto:info@www.blasenentzuendung-nierenbeckenentzuendung.info)

Behandlung von Harnwegsinfekten und Blasenentzündung mit alternativen Behandlungsmethoden. Neuartige Behandlungsmethode gegen akute und chronische Unterleibsbeschwerden, Blasenentzündung und Nierenbeckenentzündung. Bekämpfung von Bakterien und anderen Erregern bei einer Zystitis.