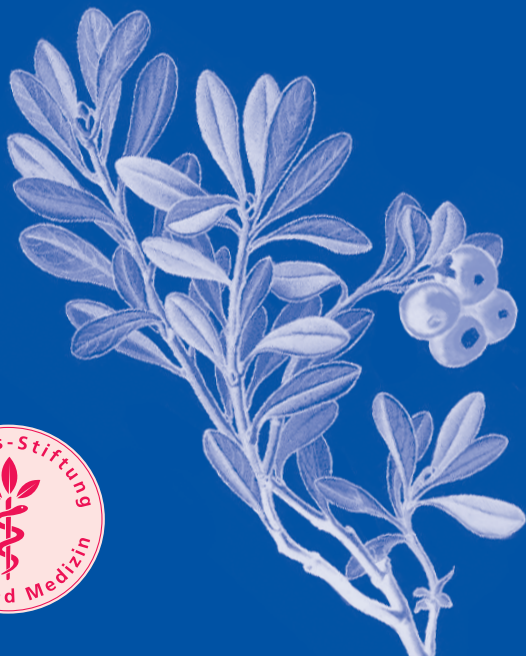


WAS TUN BEI ...

# Blasenentzündung

Hausmittel, Heilpflanzen, Homöopathie

Michael Elies, Annette Kerckhoff



Michael Elies, Annette Kerckhoff  
Blasenentzündung

Was tun bei ...

# Blasenentzündung

Hausmittel, Heilpflanzen, Homöopathie

Michael Elies,  
Annette Kerckhoff

**KVC** | VERLAG

KVC Verlag | NATUR UND MEDIZIN e. V.  
Am Deimelsberg 36, 45276 Essen  
Tel.: (0201) 56305 70, Fax: (0201) 56305 60  
www.kvc-verlag.de

**Elies, Michael; Kerckhoff, Annette**

Blasenentzündung – Hausmittel, Heilpflanzen,  
Homöopathie

**Wichtiger Hinweis:** Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht.

ISBN 978-3-96562-073-5

© KVC Verlag | NATUR UND MEDIZIN e. V., Essen 2023

Bildnachweis: rob3000 – Adobe Stock (S. 3)

Das Werk mit allen Teilen ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechts ist ohne schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

Umschlaggestaltung: eye-d Designbüro, Essen

Druck: Union Betriebs-GmbH, Rheinbach

# Inhalt

<b>Einleitung .....</b>	<b>1</b>
<b>Grundlagen .....</b>	<b>3</b>
<hr/>	
<b>Der Harntrakt .....</b>	<b>3</b>
<b>Die Blasenentzündung.....</b>	<b>5</b>
Ursachen .....	6
Symptome.....	8
Risikofaktoren.....	9
Komplikationen – „Red Flags“ .....	11
<b>Diagnostik .....</b>	<b>11</b>
Anamnese .....	11
Urinuntersuchung.....	13
Geruch .....	13
Trübungen .....	14
Farbe.....	14
Urinkultur .....	15
Schnelltest .....	16
Weiterführende Diagnostik .....	18
<b>Die konventionelle Therapie.....</b>	<b>18</b>
Medikamente .....	18
Nichtmedikamentöse Maßnahmen.....	20

Die naturheilkundliche Therapie 21

---

**Grundsätze der Therapie..... 21**

Wärme richtig einsetzen..... 21

Das individuelle Beschwerdebild beachten ..... 22

Kälte abwehren..... 23

Die Schleimhäute stärken ..... 27

Das Immunsystem stärken ..... 29

Die Darmgesundheit verbessern ..... 30

Für ein basisches Milieu sorgen..... 35

Den Schmerz wegdrücken ..... 36

    Akupressur..... 36

    Fuß-Reflexzonen..... 38

**Hausmittel aus Küche und Bad..... 40**

Hausmittel aus der Küche ..... 40

    Meerrettich und andere scharfe Pflanzen..... 40

    Staudensellerie ..... 42

    Kirschen und Beerenobst ..... 42

    Rote Bete und Kürbiskernöl..... 44

    Küchenkräuter ..... 45

    Natron..... 57

Hausmittel aus dem Bad..... 59

    Warmes Fußbad mit Salz ..... 60

    Temperaturansteigendes Fußbad ..... 61

    Sitzbad ..... 61

    Sitzbad mit Zusätzen..... 62

<b>Heilpflanzen .....</b>	<b>67</b>
Heilpflanzentees .....	67
Kamillentee zum Schleimhautschutz.....	70
Löwenzahntee zur Ausleitung .....	71
Brennnesseltee zur Entzündungs-	
hemmung .....	72
Schachtelhalmtee zur Stärkung von	
Haut und Schleimhäuten .....	73
Bärentraubenblätterttee zur	
Keimhemmung .....	74
Weitere Heilpflanzen zur Durchspülung .....	75
Nieren-Blasentees (Mischungen) .....	78
Fertigarzneimittel und Nahrungs-	
ergänzungsmittel .....	81
Zubereitungen mit Bärentraubenblättern ...	83
Zubereitungen mit Birkenblättern.....	84
Zubereitungen mit Brennnesselblättern .....	85
Zubereitungen mit Cranberries .....	86
Zubereitungen mit Echter Goldrute .....	87
Zubereitungen mit Hagebutten.....	88
Zubereitungen mit Kapuzinerkresse.....	89
Zubereitungen mit Liebstöckelwurzel .....	91
Zubereitungen mit Orthosiphonblättern .....	92
<b>Homöopathie und Schüßler-Salze.....</b>	<b>93</b>
Biochemie nach Schüßler .....	93
Schüßler-Salze bei Harnwegs-	
entzündungen.....	95

## **Bärentraubenblättertée zur Keimhemmung**

Bärentraubenblätter (*Uvae ursi folium*) sind reich an Gerbstoffen und Arbutin. Dieses wird im Magen-Darm-Kanal und in der Leber jeweils umgewandelt. Es entsteht letztlich ein wasserlöslicher Hydrochinonkomplex, der über die Nieren ausgeschieden und in den Harnwegen von dort befindlichen Bakterien (vor allem aus der Familie *E. coli*) gespalten wird, wodurch antibakterielles Hydrochinon entsteht. Es wirkt besonders gut im basischen Milieu, daher ist eine pflanzenbasierte, basische Ernährung (s. Kap. „Für ein basisches Milieu sorgen“, Seite 35) während der Anwendung sinnvoll. Aufgrund des hohen Gerbstoffgehalts, der magenreizend wirken kann, sollten der Tee als Kaltansatz zubereitet werden.

### **Bärentraubenblättertée**

4 TL fein geschnittene Blätter mit 1 Liter Wasser über Nacht in einer Schüssel stehen lassen, dann die Flüssigkeit in einen Topf absieben und langsam auf angenehme Trinktemperatur erwärmen, 3–4 Tassen am Tag trinken.

Dieser zeitintensive Ansatz eignet sich eher bei wiederkehrenden Blasenentzündungen und solchen, bei denen der Erreger *E. Coli* schon mittels Urinkultur festgestellt wurde.



Angemerkt sei, dass Bärentraubenblätter auch in zahlreichen Teemischungen enthalten sind, deren Zubereitung dann per Aufguss deutlich unkomplizierter ist. Darüber hinaus gibt es auch Fertigpräparate mit Bärentraubenblätterextrakten (s. Seite 83).

**Achtung!** Der Arbutingehalt in den Bärentraubenblättern schwankt naturgemäß, und sein Stoffwechselprodukt Hydrochinon kann in höheren Dosierungen eine leberschädigende Wirkung haben, auch schädigende Wirkungen auf das Erbgut sind nicht ausgeschlossen. Daher sollten keine Zubereitungen mit Bärentraubenblättern während Schwangerschaft und Stillzeit eingenommen werden, auch für Kinder unter 12 Jahren gilt diese Gegenanzeige. Weiterhin ist die Anwendung auf maximal 1 Woche zu begrenzen – wir empfehlen 3 Tage – und sollte nicht mehr als 5-mal pro Jahr erfolgen.

### **Weitere Heilpflanzen zur Durchspülung**

Bei den folgenden Teepflanzen steht die durchspülende (aquaretische) Wirkung im Mittelpunkt. Sie ergänzt die antibakteriellen und entzündungshemmenden Effekte der oben beschriebenen Heilpflanzen und kann auch eine Antibiotikatherapie unterstützen, allerdings nur,

Jede zweite Frau hat mindestens einmal im Leben mit einer Blasenentzündung zu kämpfen, Männer deutlich seltener. Mit dem Alter werden Blaseninfekte häufiger, und gerade bei wiederkehrenden Beschwerden kommt auch die fachärztliche Therapie manchmal an ihre Grenzen. Abwarten reicht meist nicht aus, Teetrinken ist allerdings eine sinnvolle Maßnahme! Zum Glück gibt es zur Vorbeugung, Therapiebegleitung und Nachsorge zahlreiche Möglichkeiten der Selbsthilfe, die manchmal verblüffend hilfreich sein können. Mit wenigen und einfachen Maßnahmen können Sie viel für Ihre Blasengesundheit tun und so wiederkehrenden Beschwerden vorbeugen bzw. die beschwerdefreien Intervalle deutlich verlängern.

ISBN 978-3-96562-073-5

[www.kvc-verlag.de](http://www.kvc-verlag.de)