

Harnblasenspülungen mit Leitungswasser zur Vermeidung von Harnwegsinfektionen: Einfach und erfolgreich

Autoren

Lorenz Leitner, Thomas M. Kessler*

Abteilung für Neuro-Urologie, Universitätsklinik Balgrist, Universität Zürich, Zürich, Schweiz

Dr. med. Lorenz Leitner

Prof. Dr. med. Thomas M. Kessler

*Korrespondierender Autor: Prof. Dr. med. Thomas M. Kessler

Abteilung für Neuro-Urologie

Universitätsklinik Balgrist

Universität Zürich

Forchstrasse 340

8008 Zürich

Schweiz

Email: neuro-urologie.sekretariat@balgrist.ch

Artikel

Harnwegsinfektionen gehören weltweit zu den häufigsten Infektionen. Gerade Menschen, die mit einer Spina bifida zur Welt kommen, sind infolge damit verbundener Harnblasenbeschwerden häufig auf die Benutzung eines Katheters zur Harnblasenentleerung angewiesen und besonders gefährdet, einen Harnwegsinfekt zu bekommen.

Wichtig ist zu wissen, dass beinahe alle Menschen, welche auf einen Katheter zur Harnblasenentleerung angewiesen sind, Bakterien in der Harnblase aufweisen. Meist verursacht die reine Anwesenheit von Bakterien keine Beschwerden. In der medizinischen Fachwelt sprechen wir in diesen Fällen von einer «asymptomatischen Bakteriurie», also einer Besiedelung der Harnblase mit Bakterien, ohne dass Symptome auftreten. Eine Behandlung mit einem Antibiotikum sollte in diesem Fall vermieden werden, um keine resistenten Bakterien zu «züchten». Die Testung des Urins auf Bakterien oder die Durchführung von Urinstreifentests in Abwesenheit von Symptomen ist entsprechend unnötig, da keine Konsequenz daraus entsteht.

Von einer Harnwegsinfektion sprechen wir, wenn zusätzlich zur Anwesenheit von Bakterien Symptome wie Fieber, Schüttelfrost, Schmerzen im Unterbauch, der Nierengegend oder der Harnröhre auftreten, oder es zu einem plötzlich auftretenden vermehrten Harndrang oder Urinverlust kommt. In diesem Fall sollte eine ärztliche Fachperson aufgesucht, der Urin auf Bakterien getestet und eine adäquate Therapie des Infektes eingeleitet werden.

Ein Sonderfall stellt das alleinige Auftreten von trübem oder übelriechendem Urin dar. Dies kann zwar die Lebensqualität negativ beeinflussen, sollte aber, da keine unmittelbare gesundheitliche Gefahr besteht, ebenfalls nicht behandelt werden.

Auf Grund der Häufigkeit von Harnwegsinfektionen bei Menschen, welche auf einen Katheter angewiesen sind, stellt sich die Frage nach alternativen Behandlungsmöglichkeiten. Speziell bei Benutzung eines Katheters stellen Spülungen der Harnblase eine logische Konsequenz zur Verbesserung der Harnblasensituation dar (Abbildung 1). Alleine durch die

Spülung der Harnblase mit Trinkwasser kann eine direkte aktive mechanische Reduktion der Bakterien und deren Stoffwechselprodukte erfolgen (Abbildung 2). Eine Langzeitbeobachtung von über 10 Jahren bei Menschen mit Spina bifida konnte die positive Wirkung von Harnblasenspülungen bestätigen. Abhängig von der Menge an Spülflüssigkeit (60 mL bis 240 mL pro Tag), konnte das Risiko an einer Harnwegsinfektion zu erkranken, um 63% gesenkt und störende Faktoren wie ein übler Uringeruch vermieden werden. Während in Ländern wie der Schweiz, Österreich oder Deutschland die Nutzung von Leitungswasser kein Problem für die Harnblasenspülungen darstellt, sollte in Ländern mit eingeschränkter Wasserqualität auf Trinkwasser (z.B. abgekochtes Leitungswasser, Wasser aus PET-Flaschen oder sterile Kochsalzlösung) zurückgegriffen werden.

Wenn trotz der regelmässigen Anwendung von Harnblasenspülungen mit Trinkwasser wiederholte Harnwegsinfekte oder störende Symptome auftreten, gibt es verschiedene vorgefertigte Produkte mit aktiven Stoffen wie Zitronensäure, Chlorhexidin, oder Antibiotika, welche für Harnblasenspülungen verwendet werden können. Eine entsprechende Anwendung bedarf jedoch zwingend einer ärztlichen Konsultation und eines festgelegten und zeitlich begrenzten Behandlungsschemas.

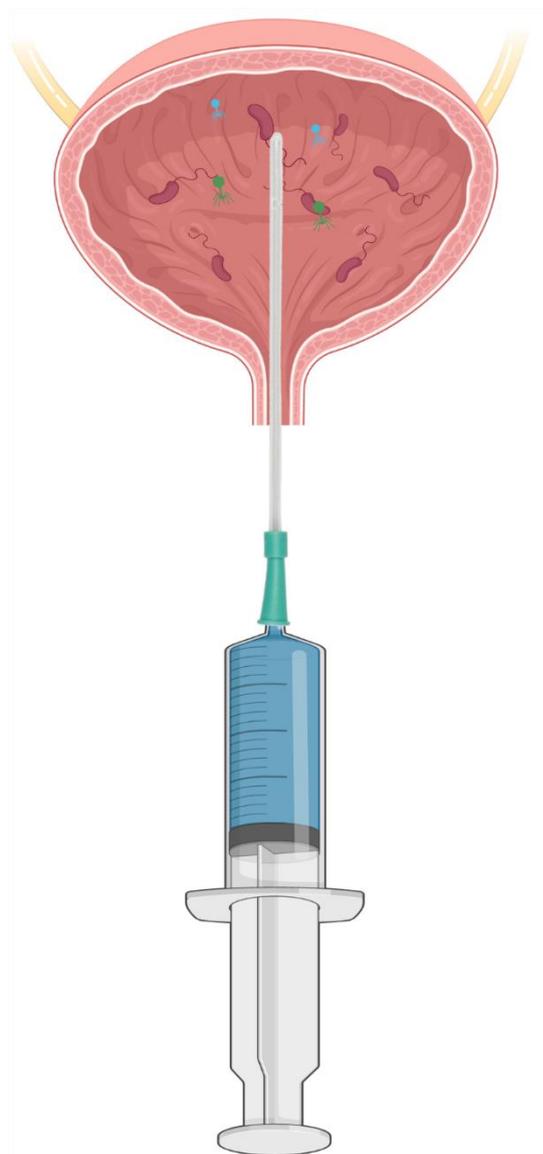


Abbildung 1: Praktische Durchführung von Harnblasenspülungen mit Trinkwasser. (I) Vorbereitung von einer bis zwei Harnblasenspritzen mit ca. 100 mL lauwarmem Trinkwasser; (II) die Harnblase wird mittels Einmalkatheter oder Dauerkatheter komplett entleert, der Katheter wird nicht entfernt; (III) die mit Trinkwasser gefüllte(n) Harnblasenspritze(n) werden an den Katheter angeschlossen und das Trinkwasser in die Harnblase gespritzt; (IV) die Flüssigkeit wird direkt danach über den noch liegenden Katheter abgelassen. Eine Harnblasenspritze kann für 1-2 Wochen verwendet und sollte nach Gebrauch jeweils offen an der Luft getrocknet werden. Ein Auswaschen, Auskochen oder Trocknen im Ofen oder der Mikrowelle sollte vermieden werden (Grafik erstellt mit BioRender.com).

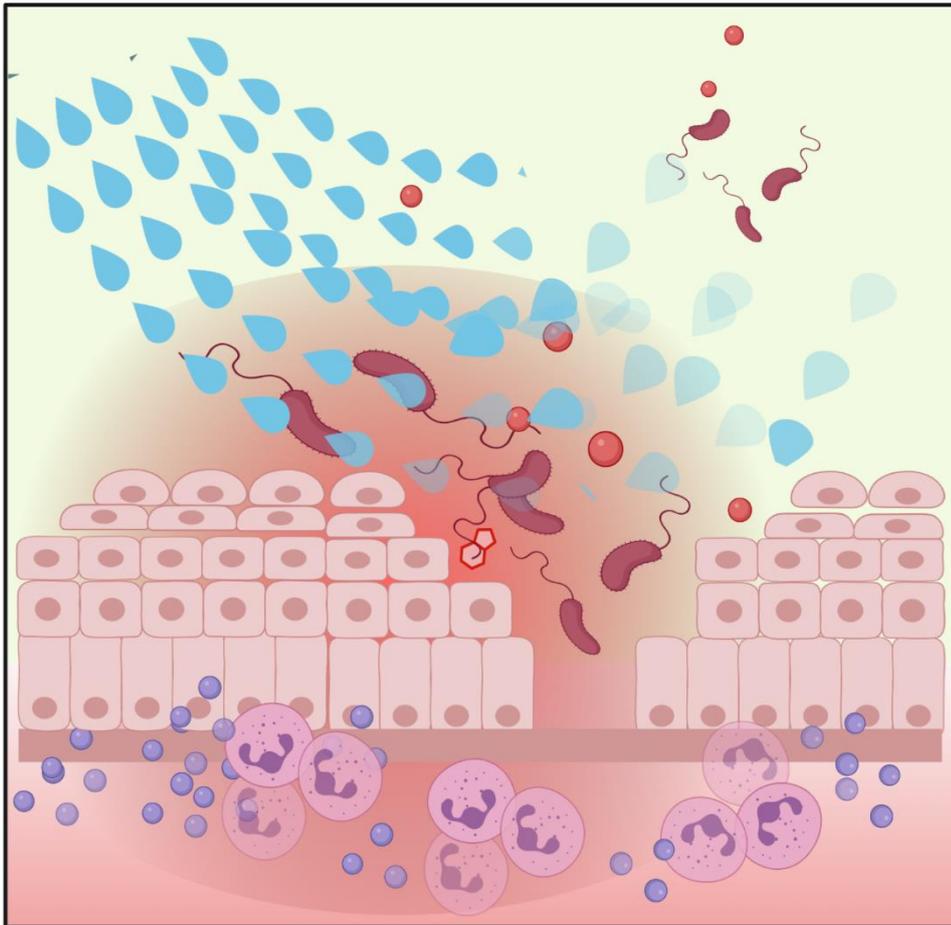


Abbildung 2: Wirksame Anwendung von Harnblasenspülungen mit Trinkwasser durch eine mechanische Reduktion von Bakterien und deren Stoffwechselprodukte (Grafik erstellt mit BioRender.com)