

Bakterien im Alltag einer Familie

Bakterien begleiten alle Menschen von der Wiege an. SBH-Info-Redaktorin Franziska Wetzler gibt einen Einblick in den Umgang mit ihnen am Beispiel ihrer Familie. Sie ist inzwischen dank ihrer Erfahrung gelassen und weiss, wie man die Gabe von Antibiotika verhindern kann.

Text: Franziska Wetzler

Ein wichtiger Hinweis gleich zu Beginn: Unsere Geschichte des Katheterisierens geht nun schon über zehn Jahre. Die Dinge, die ich nun berichte, beruhen lediglich auf meiner Erfahrung und auf der spezifischen Diagnose meiner Tochter. Und selbst bei ähnlicher Diagnose kann man diese Erfahrungswerte nicht direkt auf einen anderen Menschen übertragen, da auch andere Faktoren zum Tragen kommen.

Unsere Tochter ist mit MMC (Myelomeningocele; kurz Spina bifida) und HC (Hydrocephalus) geboren. Es war für uns nicht sichtbar, dass sie eine Blasenstörung hat. Sie konnte ganz normal pieseln. Und sie hatte keinerlei Symptomatik. Dennoch wurde ihr im Alter von drei Monaten eine neurogene Blasenentleerungsstörung diagnostiziert, eine sogenannte «Hochdruckblase».

Mehrere Anhaltspunkte für eine Infektion

Daraufhin wurde uns empfohlen, direkt das Katheterisieren zu beginnen (damit würde man mittlerweile noch abwarten). Einer der wichtigen Gründe damals war, dass es



Foto von CDC auf Unsplash

ansonsten zu einem Reflux (also dem Rückfluss von Urin in die Niere) kommen könnte, im Laufe von Monaten oder gar mehreren Jahren. (Man hätte auch stattdessen regelmässig kontrollieren können, ob es in Richtung Reflux geht.)

Da ich mich zu diesem Zeitpunkt nicht auskannte, nahm ich die Empfehlung des erfahrenen Arztes an. Wir lernten daraufhin zu katheterisieren. Das Gute war, dass wir von Anfang an kein Schleimhautdesinfektionsmittel nutzten, bzw. die Ärzte haben es uns nicht empfohlen, da eine Studie vorlag, dass es bei Nutzung von Wasser nicht mehr Infektionen gebe.

Das Schwierige war, so ein Baby sauber zu bekommen. Selbst jedes Mal nach einer vollen Windel abzusuchen, genügte

nicht, um zu verhindern, dass doch ein Bakterium (bisher immer das gute *Escherichia Coli*) zumeist aus dem Darm von aussen in die Blase gelangt.

Wir benutzten von Anfang an den «Urin Stix». Bei Babys und Kindern muss man allerdings wissen, dass schnell mal Leukozyten oder auch Erythrozyten angezeigt werden, da es durch das Katheterisieren kleine Mikroverletzungen in der Harnröhre geben kann. Das heisst, alleine wenn diese Werte angezeigt werden, bedeutet dies noch keinen Harnwegsinfekt. Ein unangenehmer Geruch, das Aussehen des Urins oder weitere Symptome wie Fieber sind wichtige andere Anhaltspunkte.

So funktioniert der «Urin Stix»

Von Anfang an fuhren wir zu einem (zum Glück) erfahrenen Kinderarzt, der ein Mikroskop hatte, mit dem wir direkt schauen konnten, was im Urin ist. Der Stix hatte sehr oft Nitrit angezeigt, was meistens bedeutet, dass *E. coli* im Urin sind. Es können natürlich auch andere Bakterien sein. Die ersten Monate machte mich das, als ich noch Anfängerin war, ziemlich nervös und bereitete mir Sorgen. Unsere Tochter hatte keine Beschwerden und so lernten wir, den Urin regelmässig zu testen, zu schauen und zu riechen, und sammelten so Erfahrung. Sie hatte regelmässig eine Bakteriurie (also ein Vorkommen von Bakterien), aber keinen Harnwegsinfekt.

So vergingen die Jahre. Hilfreich zur Verdachtsdiagnose zu Hause ist es übrigens, das Wasser direkt in einen Urinbecher zu

lassen. Katheterisiert haben wir in dem Fall nur mit einer aufsaugfähigen Unterlage, mit Wasser getränkten Rundtupfern und dem Katheter; die Hände desinfizieren wir nur ausser Haus, zu Hause reinigen wir sie mit Wasser und Seife.

Zur Prüfung kann man dann einfach den «Urin Stix» in den gefüllten Becher tauchen. Je nachdem, welche Werte man ablesen möchte, muss man ein bis zwei Minuten abwarten (siehe Packungsbeilage). Grundsätzlich wichtige Hinweise auf einen Harnwegsinfekt (HWI) können sein: Nitrit, Leukozyten und Erythrozyten. Achtung: Wenn sehr viel getrunken wird, kann es beim «Urin Stix» zu falsch negativen Ergebnissen kommen. Wenn der Urin nämlich stark verdünnt ist, zeigt der Stix an, dass alles in Ordnung ist.

Ein anderes frühes Anzeichen einer Bakteriurie oder eines HWI kann ungewöhnliches Auftreten von Nässe zwischen einem Katheterisieren und dem nächsten sein, besonders wenn das Kind nicht sehr viel getrunken oder keine urintreibenden Getränke zu sich genommen hat. Auch wenn kein Urin mehr aus der Blase geholt werden kann, könnte eine Blasenreizung vorliegen. Spürt das Kind eine volle Blase und kommen dennoch nur Tröpfchen, werten wir dies immer auch als Anzeichen.

Strategien gegen eine Harnwegsinfektion

Die vielen Fälle, in denen unsere Tochter Bakterien in der Harnblase hatte (Nitritwert), konnten wir immer lösen mit viel

Trinken und extra Sauberkeit. Je nach Alter darf man da recht kreativ werden, damit sie viel Flüssigkeit aufnimmt. Beispielsweise mit verschiedenen Gläsern, z. B. Weingläsern, verschiedenen Farben von Tees oder Säften, verdünnt mit Wasser, «Wetttrinken»-Spielen 😊 und Suppe-Essen etc.

Eine wichtige Routine war für uns (in unserem Fall gibt es keine Darmproblematik) das abendliche Abduschen. Bei einem Verdacht auf einen Infekt ist natürlich darauf zu achten, dass das Kind keine Schmerzen oder Fieber bekommt, ansonsten kann es natürlich ein Fall für den Kinderarzt sein.

Im Akutfall oder zur Prophylaxe geben wir ihr D-Mannose, einen natürlich vorkommenden Einfachzucker. Er soll helfen, dass die E. coli sich nicht an die Blasenwand anheften können. Somit wird die Entzündung verhindert. Ob es tatsächlich hilft, weiss ich natürlich nicht.

Blasenspülungen sind in vielen Familien Bestandteil der Routine. Warmes Wasser genügt bereits. Im SBH Info 2/2023 findest du einen medizinischen Fachbericht dazu. Bei uns war dies bisher nicht notwendig.

Als unsere Tochter noch sehr klein war, habe ich sie an Tagen, an denen sie Bakterien im Urin hatte, tatsächlich häufig zu Hause gelassen und mit ihr viel getrunken, da das in einer Kita natürlich weniger verlässlich umsetzbar ist. Ansonsten hat es auch geholfen, wenn sie eine extra Flasche in der Kita dabei hatte und ausnahmsweise Apfelsaftschorle drin war. 😊

Was uns neu hilft, ist die Uhr von Urifoon. Diese ist als Inkontinenzuhr konzipiert. Man kann sie z. B. stündlich vibrieren lassen. Die Erinnerung bei uns bedeutete dann, dass jedes Mal getrunken werden muss: Das hilft nicht nur Infektionen vorzubeugen, sondern trainiert in unserem Fall auch die Blasenmuskulatur (das Füllen und Entleeren). Neu benutzen wir die Uhr nun auch zur Erinnerung, dass katheterisiert werden muss. So lernt unsere Tochter, selbst daran zu denken.



Urifoon-Uhr

Ohne Symptome keine Antibiotika

Im Fall, dass man frühzeitig zum Arzt geht, wird im besten Fall eine Urinkultur angelegt, so kann genau herausgefunden werden, um welchen Erreger es sich handelt, und auch die Menge der Erreger (die Schwere der Infektion) festgestellt werden. Daraufhin kann dann im Fall einer Verschlechterung (Entwicklung von Symptomen) das passende Antibiotikum gewählt werden.

Wenn also die Bakterien im Urin asymptomatisch sind (keine Symptome), handelt es sich um eine asymptomatische Bakteriurie, die nicht mit Antibiotika behandelt werden muss, es handelt sich dann also nicht um eine Harnwegsinfektion.