Repha®

ANGOCIN® *Anti-Infekt N*

Blasenentzündung natürlich behandeln

Hilfe, es brennt mal wieder!

- Viele Frauen kennen das leider nur zu gut: Ständig zur Toilette, Brennen beim Wasserlassen, die nächste Blasenentzündung kündigt sich an. Etwa jede 3. Frau hat einmal im Jahr darunter zu leiden. Männer sind deutlich seltener betroffen, ihre längere Harnröhre schützt sie besser vor eindringenden Keimen. Die Blasenentzündung (auch Harnwegsinfekt oder Zystitis genannt) ist eine meist bakterielle Entzündung der Blasenschleimhaut.
- In diesem Ratgeber finden Sie nicht nur interessante Informationen zum Thema Blasenentzündung, sondern auch nützliche Tipps wie Sie einer solchen Infektion vorbeugen bzw. diese im akuten Fall therapieren können.
- Erfahren Sie mehr zu effektiven pflanzlichen Arzneimitteln bei der Therapie von Blasenentzündungen.

Inhalt

1 Blasenentzündungen – Ursachen und Symptome **04**

1.1 Akute Blasenentzündungen **04**

1.1.1 Symptome **07**

1.1.2 Wiederkehrende Blasenentzündung **08**

1.1.3 Reizblase **09**

2 Behandlungsmöglichkeiten **10**

2.1 Schmerzmittel **11**

2.2 Antibiotika **11**

2.2.1 Gefahr von Antibiotika-Resistenzen **11**

2.2.2 Antibiotika greifen auch die „guten Bakterien" an **11**

2.3 Arzneipflanzen – die natürliche Therapieoption **12**

2.4 ANGOCIN® *Anti-Infekt N* **13**

2.4.1 Inhaltsstoffe **14**

2.4.1.1 Die große Kapuzinerkresse *(Tropaeolum majus)* **14**

2.4.1.2 Meerrettich *(Armoracia rusticana)* **15**

2.4.1.3 Senföle **16**

2.4.2 Wirkmechanismus **17**

2.4.3 Studien **18**

3 Was der Blase gut tut **21**

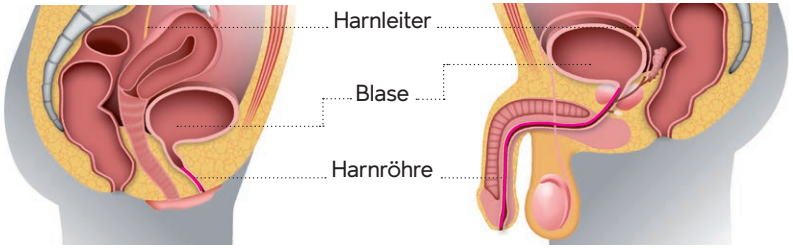
4 Nutzungshinweis / Impressum **23**

Pflichtangaben **24**

1 Blasenentzündungen - Ursachen und Symptome

1.1 Akute Blasenentzündungen

Etwa jede 3. Frau erleidet einmal im Jahr einen Harnwegsinfekt, bei 20 % davon tritt dieser wiederholt (siehe wiederkehrende Blasenentzündung, Abschnitt 1.1.2) auf. Männer sind viel seltener davon betroffen. Ihre deutlich längere Harnröhre (ca. 20-25 cm gegenüber 2,4 bis 4 cm bei der Frau) schützt sie besser vor eindringenden Keimen und zudem liegen Darmausgang und Harnröhrenöffnung weiter auseinander.



Anatomie des weiblichen und männlichen Harntrakts.

Auslöser für Infekte der Harnwege sind in den meisten Fällen Bakterien, genauer gesagt Darmbakterien. Diese können von der Harnröhre in die Harnblase gelangen. In etwa 80 % der Fälle ist das Bakterium *Escherichia coli* (*E. coli*) Auslöser des Infektes. Es kommt im Dickdarm eines jeden Menschen milliardenfach vor. Neben *E. coli* können noch weitere Bakterienarten Blasenentzündungen verursachen, seltener auch Pilze und Viren.
In einzelnen Fällen können die Bakterien weiter nach oben in die Harnleiter und über die Nierenbecken bis zu den Nieren aufsteigen. Hier können sie eine sehr schmerzhafte Nierenbeckenentzündung hervorrufen und im schlimmsten Fall bis zum Nierenversagen führen. Um solche schwerwiegenden Komplikationen zu vermeiden, ist es sehr wichtig, bei den ersten Symptomen einer Blasenentzündung frühzeitig zu handeln.

Mit zunehmendem Alter treten Blasenentzündungen häufiger auf. Männer und Frauen über 60 Jahren sind mit einem hohen Erkrankungsrisiko von 20 % gleich stark betroffen. Bei Frauen schrumpft nach den Wechseljahren durch den Östrogenmangel das Gewebepolster um die Harnröhre, wodurch die Barriere für die Krankheitserreger noch geringer wird. Zusätzlich schwächt der Östrogenmangel Bindegewebe, Schließmuskel und Beckenbodenmuskulatur. Bei älteren Männern kann eine vergrößerte Prostata den Harnabfluss stören und so Blasenentzündungen begünstigen. Häufig kommt noch hinzu, dass ältere Menschen zu wenig trinken.

Bei Personen, die anfällig für Harnwegsinfekte sind, sollten also entsprechende Arzneimittel in der Hausapotheke sofort verfügbar sein!

Bei Schmerzen in der Nierengegend sollte eine Ärztin oder ein Arzt aufgesucht werden!

Weitere Faktoren, welche das Risiko einer Blasenentzündung zusätzlich begünstigen können:

- **Häufiger Geschlechtsverkehr:** Besonders häufig trifft es junge, sexuell aktive Frauen, da, durch die sexuelle Aktivität begünstigt, Bakterien leichter in die Blase gelangen. Man spricht hier dann häufig auch von der sogenannten Honeymoon-Zystitis (Flitterwochen-Blasenentzündung).
- **Übertriebene Intimhygiene:** Durch zu intensive Pflege kann das natürliche Scheidenmilieu aus dem Gleichgewicht geraten und die physiologische Schutzfunktion gestört werden, welche normalerweise als Barriere vor z.B. schädlichen Bakterien fungiert.
- **Hormonelle Veränderungen:** Während der Schwangerschaft, nach der Geburt, durch die Pille oder z.B. im Laufe der Wechseljahre können sich hormonelle Schwankungen negativ auf die Scheidenflora auswirken und die Vermehrung von Bakterien begünstigen.
- **Geschwächtes Immunsystem:** Begünstigender Faktor für das Wachstum von Bakterien kann auch ein schwaches Immunsystem bzw. eine gestörte Immunabwehr sein. An Sätzen wie „Sitz nicht in den nassen Badesachen rum!“ oder „Steh von den kalten Steinen auf!“ ist tatsächlich etwas Wahres dran. Beides führt zu einer Unterkühlung des Unterleibes, was sich wiederum negativ auf die Durchblutung dieses auswirkt und unsere Abwehrkräfte schwächt. Ebenso können z.B. auch Stress und Schlafmangel sich negativ auf unser Immunsystem auswirken.
- **Harnabflussstörungen:** z.B. durch Harnsteine oder häufig bei älteren Männern begünstigt durch eine vergrößerte Prostata. Auch während der Schwangerschaft kann der Harnabfluss beeinträchtigt werden. Dehnt sich die Gebärmutter (Uterus) sehr stark aus, kann die vergrößerte Gebärmutter so starken Druck auf die Harnwege ausüben, dass diese abgedrückt werden und der Urinfluss behindert wird.
- **Stoffwechselerkrankungen:** U.a. Diabetes mellitus oder Gicht können bei beiden Geschlechtern Ursachen für ein erhöhtes Infektionsrisiko sein. Außerdem stellt bei Diabetes-Patienten der vermehrte Zucker im Urin einen idealen Nährboden für Bakterien dar.

- **Bestimmte Verhütungsmethoden:** Frauen, die z.B. mit der Spirale oder einem Scheidendiaphragma verhüten, können ebenso wie Frauen, die Spermizide zur Verhütung verwenden, ein erhöhtes Risiko für Harnwegsinfektionen haben. Chemische Verhütungsmittel können das Scheidenmilieu negativ beeinflussen und verändern.

- **Zu geringe Trinkmengen:** Wer am Tag weniger als 1,5 Liter Wasser trinkt und häufig an Blasenentzündungen leidet, sollte versuchen seine Flüssigkeitszufuhr deutlich zu erhöhen. Mit der Steigerung des Trinkvolumens erhöhen sich auch die Harnmenge sowie die Frequenz der Toilettenbesuche – Erreger können so schneller und leichter ausgespült werden.

- **Ein Blasenkatheter** kann die Entstehung eines Harnwegsinfektes ebenfalls begünstigen, da über den Schlauch Bakterien in die Harnblase eindringen können. Hinzu kommt, dass die Bakterien sich auf dem Katheter gut ansiedeln können. Daher sind Harnwegsinfekte durch Dauerkatheter ein häufiges Problem in Pflegeheimen und Krankenhäusern. Darüber hinaus kann der Dauerkatheter auch zu Schleimhautreizungen führen.

1.1.1 Symptome

Die typischen Symptome einer Blasenentzündung sind sehr unangenehm, denn neben den Schmerzen und dem Brennen im Unterleib kommt der ständige Harndrang mit geringen Urinmengen (Pollakisurie) als lästige Begleiterscheinung hinzu. Die Blasenentleerung fällt schwer und geht zum Teil mit Krämpfen einher (Dysurie).

Handlungsbedarf besteht spätestens, wenn

- **sich auch die Farbe des Urins verändert (z.B. durch Blut im Urin)**
- **dieser intensiver oder unangenehmer riecht.**

1.1.2 Wiederkehrende Blasenentzündung

Und schon wieder eine Blasenentzündung – viele Frauen kennen die Beschwerden nur zu gut. Bei bis zu 20 % der Betroffenen tritt die Blasenentzündung trotz erfolgter Behandlung immer wieder auf, man spricht von einem rezidivierenden (wiederkehrenden) Harnwegsinfekt.

Dieser liegt vor, wenn
- pro Jahr drei oder mehr
- pro Halbjahr zwei oder mehr

Blasenentzündungen auftreten. Die Symptome ähneln der akuten Blasenentzündung.

Sind auch Sie anfällig für Blasenentzündungen? Dann machen Sie den Online-Test, den der Urologe PD Dr. med. Winfried Vahlensieck, Bad Nauheim, entwickelt hat:

blase.selbsttest.online

Warum Blasenentzündungen immer wieder kommen

In den meisten Fällen handelt es sich bei dem wiederkehrenden Harnwegsinfekt um eine erneute akute, von außen aufsteigende, Blasenentzündung. Begünstigende Faktoren können die gleichen sein wie bei der akuten Blasenentzündung (siehe Seite 5).

Auch wird vermutet, dass die Rückfälle durch eine bestehende Bakterienbesiedlung der Zellen in der Blaseninnenwand hervorgerufen werden können. Der häufigste Auslöser von Blasenentzündungen, das Bakterium *Escherichia coli*, hat eine besondere Strategie entwickelt, um sich vor Antibiotika sowie der körpereigenen Immunabwehr zu schützen: Die Bakterien heften sich an die Zellen der Harnblasen-Innenwand und können in die Zellen eindringen. Hier sind sie für u.a. chemisch-synthetische Antibiotika kaum mehr erreichbar und können zu einem späteren Zeitpunkt zum erneuten Aufflammen der Infektion führen.

Falsch durchgeführte Antibiotikatherapien könne ebenfalls eine weitere Ursache für wiederkehrende Blasenentzündungen darstellen. Das verschriebene Antibiotikum sollte daher genau nach den Einnahmeempfehlungen des Arztes eingenommen werden. Ein zu frühes Absetzen der Antibiotikatherapie kann beispielsweise dazu führen, dass nicht alle Keime abgetötet werden und somit das Risiko einer wiederkehrenden Infektion begünstigen. Ebenfalls kann eine vermehrte Antibiotikaeinnahme oder die Einnahme des falschen Antibiotikums häufige Blasenentzündungen fördern, da die Bakterien Resistenzen gegen die Substanzen entwickeln können und diese somit nicht mehr so wirksam sind.

1.1.3 Reizblase

Man spricht von einer Reizblase, auch überaktive Blase genannt, wenn die oder der Betroffene mehr als 10x pro Tag einen starken Drang zum Wasserlassen verspürt und das, obwohl die Blase nur minimal gefüllt ist und der letzte Toilettenbesuch noch nicht lange zurückliegt. Der verspürte starke Harndrang geht oft mit den typischen Symptomen einer Blasenentzündung einher, wie z.B. krampfartigen Schmerzen im Unterleib, geringe Urinmengen beim Toilettengang oder Brennen beim Wasserlassen.

Im Gegensatz zur Blasenentzündung können aber häufig keine ursächlichen Keime nachgewiesen werden. Generell sind die ursächlichen Faktoren für das Auftreten einer Reizblase nicht vollständig aufgeklärt. Vermutlich gehen die Symptome auf überreizte Rezeptoren der Blasenmuskulatur zurück, welche bereits bei geringer Urinmenge zur Entleerung führen. Unter dieser Unsicherheit leiden viele Betroffene nicht nur psychisch, sondern werden dadurch auch in ihrem Alltag eingeschränkt.

Faktoren, welche eine Reizblase begünstigen können:

- Wiederkehrende Blasenentzündungen können zu einer Reizung der Blasenschleimhaut und zu einer übersensiblen Blase führen, was eine gestörte Übermittlung der Blasenfüllung zur Folge haben kann.
- Geschwächte Beckenbodenmuskulatur z.B. bedingt durch eine Schwangerschaft oder hormonelle Veränderungen während der Wechseljahre. Hormonelle Veränderungen beeinflussen die Schleimhäute unserer Harnwege und können diese dünner werden lassen.
- Psychische Faktoren wie Stress oder andere Belastungen.
- Externe Einflüsse wie z.B. Kälte oder Nässe.

Eine Reizblase sollte frühzeitig therapiert werden. Können organische Ursachen ausgeschlossen werden, kommen häufig psychosomatische oder verhaltenstherapeutische Therapien in Frage.

Nierenbeckenentzündung vermeiden

Um Komplikationen zu vermeiden, sollte ein Harnwegsinfekt frühzeitig behandelt werden. Denn die Erreger der Blasenentzündung können von der Harnröhre über die Harnblase weiter nach oben in die Harnleiter und bis in die Nierenbecken aufsteigen. Hier können sie Entzündungen (Nierenbeckenentzündung) hervorrufen, die unbehandelt schwere Folgen wie Nierenversagen oder eine Blutvergiftung haben können. Eine akute Nierenbeckenentzündung geht mit hohem Fieber (oft verbunden mit Schüttelfrost), Schmerzen in den Flanken und Übelkeit einher. Die Entleerung der Blase ist schmerzhaft. Meist ist nur eine Niere von der Entzündung betroffen. Da die Nierenbeckenentzündung in den meisten Fällen durch Bakterien verursacht wird, erfolgt eine Behandlung mit Antibiotika.

2 Behandlungsmöglichkeiten

Gute Nachricht: eine unkomplizierte Blasenentzündung lässt sich meist problemlos therapieren. Zur Behandlung stehen eine Vielzahl an verschreibungsfreien Arzneimittel / Präparate für die Selbstmedikation zur Verfügung. Häufig wird auch noch ein Antibiotikum verschrieben, dessen Einsatz jedoch stets gut überlegt sein sollte.

Wann zum Arzt?

Falls sich die Beschwerden innerhalb von 5 Tagen nicht bessern, sich verschlimmern oder eines der folgenden Symptome auftreten, sollte umgehend eine Ärztin / ein Arzt aufgesucht werden.

- **Fieber**
- **Blut im Urin**
- **Flanken- und Rückenschmerzen**

Ebenso sollten Sie Ihre Beschwerden von einem Arzt abklären lassen, wenn Sie zu den folgenden Personengruppen gehören: Kinder, Schwangere, Männer, immungeschwächte Personen, Diabetiker, Personen mit Vorerkrankungen im Bereich des Harntrakts.

2.1 Schmerzmittel

Eine akute Blasenentzündung bringt unangenehme und schmerzhafte Symptome mit sich. Schmerzmittel wie Ibuprofen oder Paracetamol können hier kurzfristig helfen. Zu beachten ist:

- Schmerzmittel sollten in der Regel nicht länger als 3 aufeinanderfolgende Tage und nicht mehr als 10 Tage im Monat eingenommen werden.
- Am besten klärt man die Einnahme mit seinem Arzt oder Apotheker ab.
- Schmerzmittel wirken gegen die lästigen Symptome, können aber nicht die Erreger bekämpfen.

2.2 Antibiotika

Wenn Patienten mit den typischen Beschwerden einer Blasenentzündung zu ihrem Arzt gehen, wird er zunächst eine Urinprobe nehmen und diese auf krankheitsauslösende Bakterien untersuchen lassen. Der Nachweis von Bakterien bestätigt die Diagnose „Blasenentzündung“ und durch die Erregerbestimmung ist es dem Arzt möglich eine gezielte Antibiotikatherapie zu verordnen. Leider ist die Einnahme von Antibiotika zunehmend problematisch. Zum einen entwickeln immer mehr Bakterienarten sogenannte Resistenzen, zum anderen greifen Antibiotika in unserem Organismus auch nützliche Bakterien an.

2.2.1 Gefahr von Antibiotika-Resistenzen

Bei häufigem Einsatz von Antibiotika besteht die Gefahr der sog. Resistenzbildung. Die Bakterien verändern sich dann so, dass das Antibiotikum nicht mehr wirksam ist. Dies bringt Ärzte vor allem bei der Behandlung von Patienten mit potentiell lebensbedrohlichen Erkrankungen, bei denen der Einsatz eines Antibiotikums unerlässlich ist, in große Schwierigkeiten. Daher sollten diese hocheffektiven Medikamente für ernste und bedrohliche Erkrankungen aufgespart werden und der Einsatz verantwortungsbewusst und unter Abwägung anderer Therapieoptionen erfolgen.

2.2.2 Antibiotika greifen auch die „guten Bakterien“ an

Werden Bakterien im Urin festgestellt, kommen oft chemisch-synthetische Antibiotika zum Einsatz. Diese töten die Bakterien ab oder hemmen sie in ihrem Wachstum. Doch leider hat die einstige „Wunderwaffe der Medizin“ auch ihre Schattenseiten. Chemisch-synthetische Antibiotika greifen auch die für uns nützlichen Bakterien von Darm und Schleimhäuten an.
Der Dickdarm funktioniert nur durch die Mithilfe natürlich vorkommender Bakterien, die eine normale Verdauung und auch ein funktionierendes Immunsystem gewährleisten. Zahlreiche dieser Bakterien werden jedoch bei der antibiotischen Behandlung einer Blasenentzündung ebenfalls abgetötet. Nebenwirkungen wie Durchfall oder Pilzinfektionen der Scheide können auftreten.

2.3 Arzneipflanzen – die natürliche Therapieoption

Verschiedene Arzneipflanzen spielen bei der Therapie von Infekten seit Jahrzehnten eine wichtige Rolle. Die unterschiedlichen Heilpflanzen zeigen diverse Wirkansätze. Bei der Wahl des pflanzlichen Arzneimittels zur Behandlung einer akuten Blasenentzündung sollte die antibakterielle Wirkung im Vordergrund stehen. Dies ist wichtig, damit die krankheitsauslösenden Erreger bekämpft werden. Eine zusätzliche entzündungshemmende Wirkung kann darüber hinaus unangenehme Symptome lindern.

2.4 ANGOCIN® *Anti-Infekt N*

Meine Vorteile bei der Therapie mit ANGOCIN® *Anti-Infekt N* auf einen Blick:

- Pflanzliche Infektabwehr
- Belegte 3-fach Wirkung: antibakteriell, entzündungshemmend, antiviral
- Bekämpft die Erreger und lindert typische Beschwerden wie z.B. ständigen Harndrang und Brennen beim Wasserlassen
- Auch zur Langzeittherapie geeignet
- Einzigartiges pflanzliches Arzneimittel aus Kapuzinerkresse und Meerrettichwurzel
- Seit über 60 Jahren bewährt in der Therapie von Blasenentzündungen und Erkältungen

2.4.1 Inhaltsstoffe

ANGOCIN® *Anti-Infekt N* vereint die wertvollen Inhaltsstoffe der beiden Heil- und Arzneipflanzen Kapuzinerkresse und Meerrettich.

2.4.1.1 Die große Kapuzinerkresse *(Tropaeolum majus)*

Gärtner schätzen ihre lang andauernde Blütenpracht, Kenner nutzen ihre Schärfe in der Küche und in der Medizin macht sie wegen ihrer Infekt abwehrenden Wirkung Karriere. Im 16. Jahrhundert wurde die in Peru und Bolivien beheimatete Pflanze nach Europa gebracht. In Südamerika war die Kapuzinerkresse bereits bei den Ureinwohnern eine geschätzte Heilpflanze. Heutzutage leuchtet sie dank ihrer auffälligen Blüten zwischen März und Oktober, von gelb bis rot in vielen Gärten. Ihren Namen erlangte die Kapuzinerkresse aufgrund der Tatsache, dass ihre Blüte von der Seite betrachtet an die Kapuzen der Kapuzinermönche erinnert.

Das Wort Kresse stammt aus dem Althochdeutschen und bedeutet scharf / pfeffrig.

In der Medizin wird das frische oder getrocknete Kraut aus Blättern, Blattstielen und Blüten verwendet. Die Kapuzinerkresse ist reich an Vitamin C, enthält Flavonoide, Carotinoide und verschiedene Mineralstoffe (Eisen, Kalium, Magnesium). Von großer Bedeutung für die medizinische Wirkung sind die in der Arzneipflanze enthaltenen Glucosinolate (Senfölglykoside). Sie sind für ihren scharfen Geschmack verantwortlich und werden nach dem Verzehr enzymatisch in die sogenannten Senföle umgewandelt. Diese Pflanzenstoffe wirken Studien zufolge gegen Viren, Bakterien sowie entzündungshemmend. Seit Jahrzehnten wird sie deshalb erfolgreich bei Blasenentzündungen und Erkältungen eingesetzt.

2.4.1.2 Meerrettich *(Armoracia rusticana)*

Meerrettich gehört zur Familie der Kreuzblütengewächse (Brassicaceae). Die meisten Menschen verwenden ihn zur Verfeinerung von Fleisch- und Fischgerichten oder Soßen in der Küche. Ursprünglich stammt er aus Ost- und Südeuropa, später kam er nach Mitteleuropa. In Deutschland seit dem Mittelalter – zunächst als Heilpflanze, später auch als Gewürzpflanze. Sein Name geht u.a. auf das Mittelhochdeutsche mer („mehr", „größer") zurück, was dann so viel bedeutet wie „größerer" Rettich.

Wegen seiner scharfen Senföle kommt er außerdem schon seit Jahrhunderten als Heilpflanze zum Einsatz. Beim Zerkleinern der Wurzel werden die Senföle freigesetzt und lassen die Augen tränen oder bescheren uns eine laufende Nase. Die scharfen Pflanzenstoffe besitzen entzündungshemmende, antibakterielle und antivirale Eigenschaften.

Meerrettich, der Superheld in anderem Gewand.

Wasabi-Paste enthält größtenteils Meerrettichwurzel und nicht Wasabi-Wurzel *(Eutrema japonicum)*, mit ein Grund dafür ist das seltenere Vorkommen der Wasabi-Pflanze

Die wirksamen Inhaltsstoffe des Meerrettichs befinden sich in der Wurzel. Dazu gehören die für die medizinische Verwendung besonders wichtigen Glucosinolate (Senfölglykoside), außerdem sind Flavonoide, Vitamin C, B1, B2 und B6 sowie verschiedene Mineralstoffe enthalten. Wird die Wurzel zerkleinert, werden die Glucosinolate durch ein Enzym in die sogenannten Senföle umgewandelt. Sie gehören heute zu den am besten untersuchten arzneilich wirksamen Pflanzensubstanzen. Wissenschaftlichen Untersuchungen zufolge wirken sie gegen Bakterien, Viren und entzündungshemmend. Eine Experten-Jury des Vereins NHV Theophrastus hat den Meerrettich aufgrund seiner besonderen Eigenschaften zur Heilpflanze des Jahres 2021 gewählt.

2.4.1.3 Senföle

Die Natur hält für uns bei unterschiedlichen Infektionen eine wirksame und gut verträgliche Waffe bereit: Die pflanzlichen Senföle. Sie werden aus Pflanzen gewonnen, die sich mit diesen Stoffen selbst wirkungsvoll gegen Keime verteidigen. Bei Blasenentzündungen wirken Senföle aus den Arzneipflanzen Kapuzinerkresse und Meerrettich besonders gut. Da bei Blasenentzündungen die Beschwerden primär durch die Entzündungsreaktion ausgelöst werden, ist die antientzündliche Wirkung der Senföle bei Infektionen der Harnwege therapeutisch besonders wertvoll. Die Pflanzenstoffe greifen also an verschiedenen Punkten im Krankheitsgeschehen an. Dies wird auch als „Multi-Target-Prinzip" bezeichnet. Neben der Entzündungshemmung wirken die Senföle auch antibakteriell gegen zahlreiche bakterielle Erreger wie z.B. *E. coli*.

Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich in kombinierter Form

- bekämpfen die häufigsten bakteriellen Erreger von Blasenentzündungen direkt am Ort des Krankheitsgeschehens.
- sind entzündungshemmend und lindern so die Beschwerden.
- wirken gegen bakterielle Biofilme (Schutzschild mancher Bakterien gegen Antibiotika).

Die Senföle werden bereits im oberen Darmabschnitt in das Blut aufgenommen. Über den Blutkreislauf gelangen sie in die Blase und Lunge, die Orte des Entzündungsgeschehens und können genau dort ihre Wirkung entfalten.

Durch die Aufnahme in den oberen Darmabschnitten wird die natürliche Darmflora nicht beeinflusst. Durch die vielfältigen Wirkungen der Pflanzenstoffe ist bei den Bakterien die Entwicklung möglicher Resistenzmechanismen gegen die Senföle deutlich erschwert.

Aber wie kann es sein, dass etwas, das scharf ist, genau dann hilft, wenn es brennt? Hier zu machen wir einen kleinen Exkurs in die Pflanzenwelt:

- **Die Vorstufe der Senföle, die Senfölglykoside, liegen natürlicherweise in Pflanzenzellen vor.**
- **Tätig werden diese erst, wenn z.B. Fraßfeinde die Pflanzenzelle angreifen und die herrschende Ordnung zerstören.**
- **Dann reagieren die Senfölglykoside mit dem ebenfalls in Pflanzen vorhandenen Enzym Myrosinase und werden so zu den aktiven und scharfschmeckenden Senfölen.**
- **Die scharfen Senföle wirken aber nicht nur gegen Raupen und andere Fraßfeinde. Sie wirken auch gegen Bakterien, Viren und Pilze und haben zusätzlich entzündungshemmende Eigenschaften.**

Kommunikation... **...ist alles**

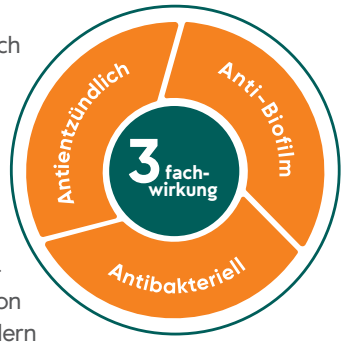
Bakterien können miteinander kommunizieren und entwickeln gemeinsam Überlebensstrategien. Dies kann z.B. die Bildung eines sogenannten Biofilms sein. Darunter versteht man man u.a. eine Ansammlung von Bakterien, welche sich unter einer von ihnen gebildeten gelartigen Schicht befindet. Typisches Beispiel: Plaque auf den Zähnen. In einem Biofilm haben die Mikroorganismen ideale Lebensbedingungen und sind zusätzlich noch vor externen Faktoren wie z.B. Antibiotika und dem Immunsystem geschützt. Es ist eine Art „Versteck", in dem Bakterien eine geraume Zeit überdauern können.

Das kann bei der medikamentösen Therapie zu Problemen führen, da die Bakterien bspw. der Wirkung eines Antibiotikums entgehen können. Auch können sich jederzeit wieder Bakterien aus dem Biofilm lösen und zu einer (erneuten) Blasenentzündung führen.

Für die Kommunikation nutzen biofilmbildende Bakterien sogenannte Signalmoleküle, man spricht vom „Quorum sensing".

In in-vitro Laboruntersuchungen konnte gezeigt werden, dass die in ANGOCIN® *Anti-Infekt N* enthaltenen Senföle die bakterielle Kommunikation sowie die Bildung von Biofilmen hemmen können.

2.4.2 Wirkmechanismus



Die Wirkung von ANGOCIN® *Anti-Infekt N* basiert auf 3 sich ergänzenden Wirkmechanismen. Die enthaltenen Senföle gehören zu den meist untersuchten pflanzlichen Wirkstoffen. Zahlreiche Untersuchungen zeigen, dass sie antibakteriell, entzündungshemmend und antiviral wirken.

Antibakteriell: ANGOCIN® *Anti-Infekt N* und die darin enthaltenen Senföle wirken gegen eine Vielzahl von bakteriellen Keimen. Darunter nicht nur der Hauptverursacher von Blasenentzündungen, das Bakterium *Escherichia coli*, sondern auch einige bereits resistente Bakterienstämme.

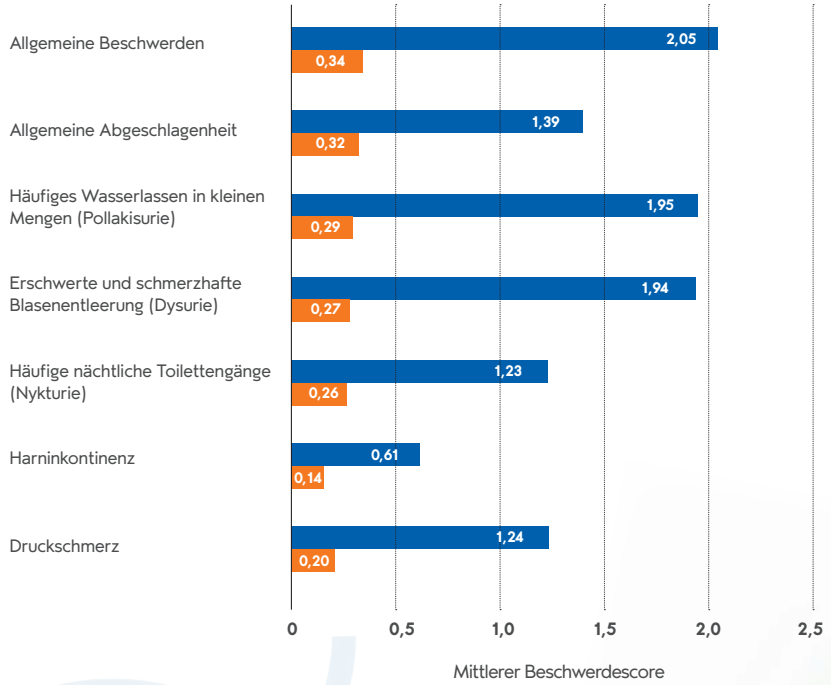
Entzündungshemmend: Der Vorteil an der Therapie mit ANGOCIN® *Anti-Infekt N* ist, dass es an den für die Entzündungsvermittlung relevanten Signalwegen eingreift und so zu einer Linderung der häufig sehr schmerzhaften Symptome einer Blasenentzündung beiträgt.

Antibiofilm: Die in ANGOCIN® *Anti-Infekt N* enthaltenen Senföle können die bakterielle Kommunikation und dadurch die Bildung von Biofilmen sowie bereits bestehende Biofilme hemmen.

2.4.3 Studien

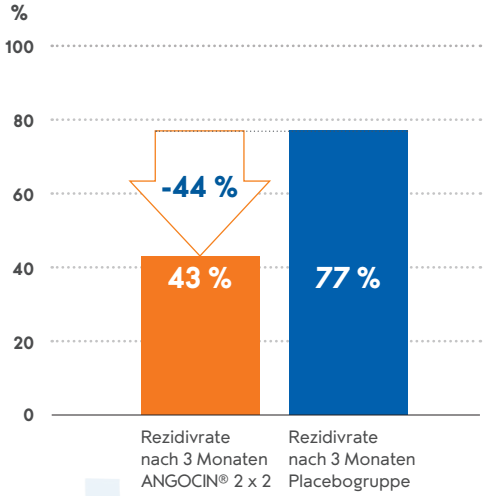
Die Wirkung und die gute Verträglichkeit von ANGOCIN® *Anti-Infekt N* sind bei Patienten mit akuter Blasenentzündung in zwei großen prospektiven Kohortenstudien bei Erwachsenen und Kindern im Vergleich zur Therapie mit Standardantibiotika nachgewiesen worden. Die typischen Symptome einer Blasenentzündung konnten mit ANGOCIN® *Anti-Infekt N* ähnlich effektiv gelindert werden wie unter Antibiotikatherapie. Gleichzeitig zeigten die prospektiven Kohortenstudien eine sehr gute Verträglichkeit von ANGOCIN® *Anti-Infekt N* sowie ein erheblich besseres Sicherheitsprofil als die Standardantibiotika.

Beschwerden bei Blasenentzündung – **vor** und **nach** der Behandlung mit ANGOCIN® *Anti-Infekt N*



Eine weitere Studie zeigt, dass ANGOCIN® *Anti-Infekt N* das Risiko einer erneuten (rezidivierenden) Blasenentzündung um 44 % senkt. Das Ergebnis dieser Studie wurde zum Anlass genommen, die enthaltenen Heilpflanzen, Kapuzinerkresse und Meerrettich, als Behandlungsmöglichkeit bei häufig wiederkehrenden Blasenentzündungen in der Ärzte-Leitlinie mit zu diskutieren. Für ANGOCIN® *Anti-Infekt N* gibt es keine Beschränkung der Einnahmedauer, daher kann es auch längerfristig eingesetzt werden.

Anteil der Patienten mit Blasenentzündung in 180 Tagen (90 Behandlung / 90 Follow-up)



3 Was der Blase gut tut

Jeder kann selbst dazu beitragen, das Risiko für eine Blasenentzündung zu reduzieren oder bei den ersten Anzeichen dafür zu sorgen, möglichst schnell wieder fit zu werden. Es gibt einige einfache Regeln, die helfen, die Blase zu unterstützen.

Die Blase hat's gern warm

- Achten Sie auf warme Bekleidung im Nieren- und Unterleibsbereich.
- Setzen Sie sich nicht direkt auf kalte Steinböden.
- Lassen Sie Badekleidung nicht am Körper trocknen, sondern ziehen Sie sich um.
- Warme Kirschkernsäckchen oder Wärmflaschen entspannen die verkrampfte Blasenmuskulatur und können so dazu beitragen, die Beschwerden zu lindern.
- Auch ein warmes Vollbad oder Sitzbäder mit Kamille können schmerzlindernd wirken.

Blase gut durchspülen

- Die Blase ständig durchzuspülen hilft dabei eine Blasenentzündung zu vermeiden, aber auch sie möglichst schnell wieder loszuwerden und den Krankheitsverlauf zu mildern.
- Es ist daher besonders wichtig, viel zu trinken – mindestens zwei Liter am Tag in Form von Wasser oder ungesüßte Blasentees.
- Meiden Sie Zitrussäfte, Kaffee und Alkohol, denn sie reizen die Harnwege.
- Häufiges Wasserlassen ist erwünscht und sollte – auch wenn es schmerzhaft ist – nicht vermieden werden, da sich die Keime sonst ungestört vermehren können. Entleeren Sie die Blase beim Toilettengang vollständig und setzen Sie sich gerade auf die Toilette, denn vorgebeugtes Sitzen verhindert eine vollständige Entleerung der Blase.

WEITERE TIPPS:

- Gehen Sie unmittelbar nach dem Geschlechtsverkehr zur Toilette, das spült die Harnröhre und entfernt übertragene Bakterien.
- Achten Sie auf Ihre Intimhygiene: Führen Sie das Toilettenpapier immer von der Öffnung der Harnröhre in Richtung After. So werden keine Darmbakterien zur Harnröhre verschleppt.
- Waschen Sie sich nur mit lauwarmem Wasser oder milden Seifen, um den Säureschutzmantel der Haut zu schonen.
- Wechseln Sie während Ihrer Monatsblutung häufig Tampons und Binden. Hier können sich Bakterien ansammeln und gut vermehren.
- Stärken Sie allgemein Ihre Abwehrkräfte.
- Trainieren Sie Ihre Beckenbodenmuskulatur für eine starke Blase.

4 Nutzungshinweis / Pflichtangaben / Impressum

Nutzungshinweis

Die vorliegende Broschüre kann die individuelle ärztliche Diagnose und Therapie nicht ersetzen! Wenn Sie Krankheitssymptome wahrnehmen, suchen Sie eine Ärztin oder Arzt auf. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wird die für Ihr Krankheitsbild zur Verfügung stehenden Therapiealternativen mit Ihnen erörtern. Welche Therapie in Ihrem Fall angezeigt ist, wird die Ärztin oder der Arzt in Abhängigkeit der Erkrankung, des Verlaufs und der Schwere entscheiden. Befolgen Sie in jedem Fall die ärztliche Therapieentscheidung. Die Broschüre ist das Ergebnis sorgfältiger Recherche. Gleichwohl übernehmen Herausgeber und Autoren keine Gewähr für den Inhalt und die Vollständigkeit der enthaltenen Informationen. Haftungsansprüche, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen oder unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind so weit als rechtlich möglich ausgeschlossen.

Impressum

Herausgeber:
Repha GmbH Biologische Arzneimittel, Alt-Godshorn 87, 30855 Langenhagen
www.repha.de, info@repha.de

Bildnachweise:
Titel: drubig-photo@stock-adobe.com
Seite 6: contrastwerkstatt@stock-adobe.com
Seite 7: Ann Patchanan@stock-adobe.com
Seite 10: sepy@fotolia.com

Stand: April 2025

© Copyright 2025

Blasenentzündung?

ANGOCIN®
Anti-Infekt N

- die pflanzliche Infektabwehr
- lindert aufgrund seiner entzündungshemmenden Eigenschaften die typischen Beschwerden wie z.B. ständigen Harndrang und Brennen beim Wasserlassen
- wirkt antibakteriell, auch gegen Biofilme
- zur Langzeittherapie geeignet

Repha®

Repha GmbH
Biologische Arzneimittel
Alt-Godshorn 87
30855 Langenhagen
www.repha.de
info@repha.de

Pflichtangaben:
ANGOCIN® *Anti-Infekt N* Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Beschwerden bei akuten entzündlichen Erkrankungen der Bronchien, Nebenhöhlen und ableitenden Harnwege. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 02/20.

62.01.0012-0425