

# Blasenentzündung?

Wirksam vorbeugen – unterstützend behandeln



Tausche

Blasenfrust ...

... gegen

Lebenslust



96%  
zufriedene  
Verwenderinnen<sup>1</sup>

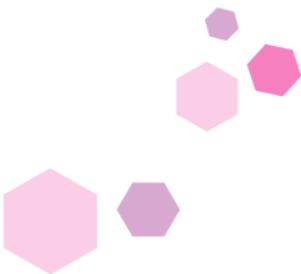
**Tatkräftige Unterstützung:  
Tipps zur Vorbeugung und unterstützenden  
Behandlung von Blasenentzündungen.**

<sup>1</sup>YouGov-Report 2018 – Report für MCM Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH, Anwender/-innen-Befragung zu FEMANNOSE® N.

# Inhalt

In dieser Broschüre finden Sie wichtige Informationen rund um das Thema Blasenentzündung. Zudem erfahren Sie, wie Sie Harnwegsinfekten wirksam vorbeugen und sie unterstützend behandeln können – mit FEMANNOSE® N.

- Blasenentzündung 3
- Risikofaktoren 4
- Wiederkehrende Blasenentzündungen 6
- Das Wirkprinzip von D-Mannose 7
- Unterstützende Behandlung 8
- Prävention 9
- Antibiotika bewusst einsetzen 10
- Die Vorteile von FEMANNOSE® N 11



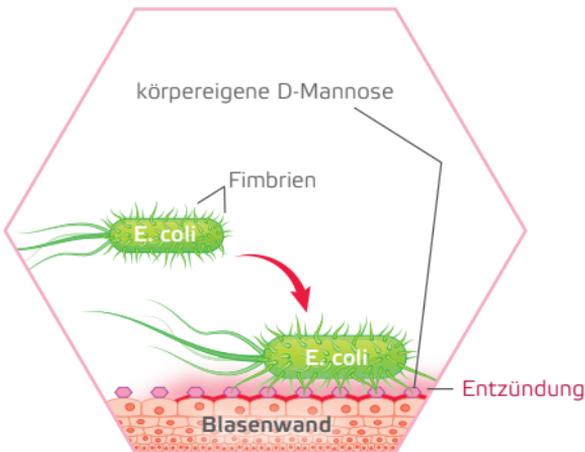
# Blasenentzündung

Eine Blasenentzündung gehört zu den häufigsten bakteriellen Erkrankungen. In etwa 90% der Fälle ist das Darmbakterium *Escherichia coli* – kurz: *E. coli* – für die Blasenentzündung verantwortlich.

Frauen sind wesentlich häufiger betroffen als Männer. Der Grund: Frauen haben eine kürzere Harnröhre. Die Bakterien müssen daher einen kürzeren Weg zurücklegen und gelangen so schneller in die Blase als bei Männern.

## Was passiert, wenn *E. coli*-Bakterien in die Blase gelangen?

Die Oberfläche der Blasenschleimhaut besteht aus natürlichen zuckerhaltigen Strukturen, die u. a. D-Mannose als Baustein enthalten. Dort heften sich die *E. coli*-Bakterien mit ihren kleinen Härchen – den sogenannten Fimbrien – bevorzugt an. Durch die Abwehrreaktion des Körpers entsteht so die Entzündung.



### Typische Symptome

- Schmerzen und Brennen beim Wasserlassen
- Häufiger Harndrang, evtl. mit Urinverlust
- Unterleibsschmerzen
- Unangenehm riechender oder trüber Urin

Bei Schmerzen in der Nierengegend und/oder Fieber oder Blut im Urin sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen.

# Risikofaktoren

Auch wenn eine Blasenentzündung eine bakterielle Infektion ist, gibt es Faktoren, die das Risiko einer Blasenentzündung erhöhen.

## Faktoren, die das Immunsystem schwächen können

- Stress und Schlafmangel
- Kalte Füße im Winter
- Nasse (Bade-)Kleidung
- Übertriebene Intimhygiene
- Erkrankungen, z. B. Krebs, Diabetes mellitus, akute Infekte, urologische Erkrankungen

## Hormonelle Einflüsse, die die Blasenschleimhäute verändern können

- Schwangerschaft und Stillzeit
- Wechseljahre (peri-/postmenopausale Phase)





### **Sonstige Einflüsse, die die Schleimhäute reizen und es den Bakterien leicht machen können**

- Häufiger Geschlechtsverkehr
- Verhütungsmittel, z. B. spermienabtötende Cremes/Gele, Diaphragma, Portiokappe
- Zu geringe Flüssigkeitszufuhr

Die zahlreichen Risikofaktoren zeigen, dass Frauen jedes Alters betroffen sein können, gerade wenn sie mitten im Leben stehen. Denn wer aktiv ist und sich in Familie, Beruf und Gesellschaft engagiert, gerät schon mal in Stress oder leidet unter Schlafmangel.

So bekommen etwa 10% der Frauen mindestens einmal im Jahr eine Blasenentzündung. Etwa ein Drittel dieser Frauen leidet unter wiederkehrenden Blasenentzündungen. Denn wer schon einmal eine Blasenentzündung hatte, hat ein erhöhtes Risiko, erneut daran zu erkranken.



# Das Wirkprinzip von D-Mannose

FEMANNOSE<sup>®</sup> N ist ein Trinkgranulat mit optimal dosierten 2g D-Mannose pro Sachtet.

1

Nach der Einnahme gelangt FEMANNOSE<sup>®</sup> N über den Blutkreislauf in die Blase.

2

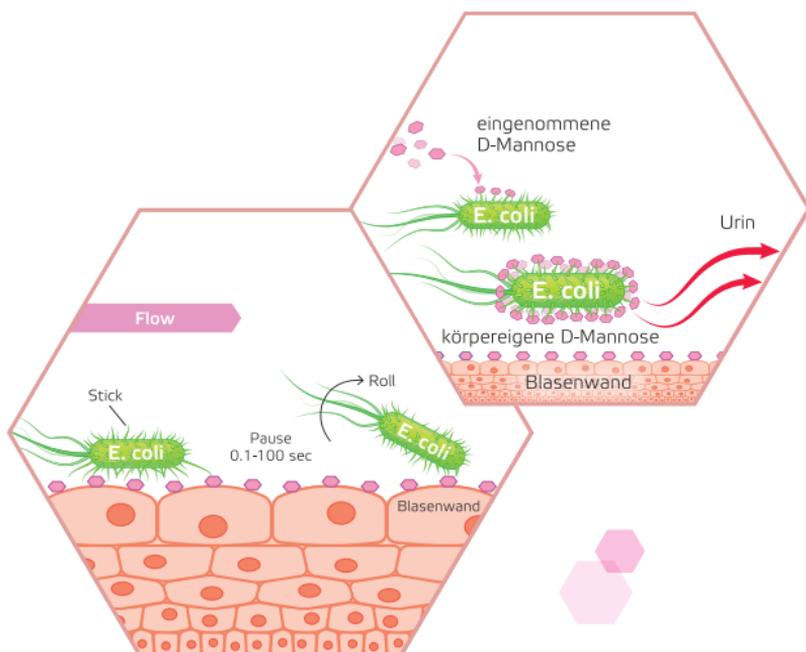
Dort bindet sich die D-Mannose an die Härchen der E. coli-Bakterien und neutralisiert sie so.

3

Auch bereits angeheftete E. coli-Bakterien können ummantelt werden, da sie sich im Harntrakt mit der sogenannten Stick-and-roll-Bewegung wie ein Raupenfahrzeug fortbewegen. Wenn sich die Fimbrien zwischendurch immer wieder von der Blasenwand lösen, kann sich in diesem Moment die D-Mannose an die kleinen Härchen binden. So werden auch E. coli-Bakterien, die sich bereits an die Blasenwand geheftet haben, nach und nach gelöst.

4

Die ummantelten Bakterien können sich nicht mehr an die Blasenwand heften und werden mit dem Urin ausgeschwemmt.



# Unterstützende Behandlung

FEMANNOSE® N wird zur unterstützenden Behandlung einer Blasenentzündung wie folgt eingenommen:

- **3x1 Sachet** Tag 1-3
- **2x1 Sachet** Tag 4-5
- **1x1 Sachet** täglich

**Wichtig:  
min. 5 Tage  
anwenden**



## Weitere SOS-Tipps:

- Ausreichend trinken – etwa 2 Liter Flüssigkeit pro Tag, damit Bakterien aus der Blase und Harnröhre herausgespült werden.
- Wärmflasche oder Heizkissen auf den Unterbauch legen – das unterstützt die eigene Abwehr, fördert die Durchblutung und lindert Schmerzen.
- Ruhe und Schlaf – denn Erholung stärkt die Immunabwehr.

Tritt innerhalb von 3 Tagen keine Besserung ein, sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen.

# Prävention

Wenn Sie (wiederkehrenden) Blasenentzündungen vorbeugen möchten, können Sie vor typischen Situationen, die eine Blasenentzündung begünstigen können, FEMANNOSE<sup>N</sup> einnehmen.

- **1 x 1 Sachet** täglich
- Die Einnahme ist über einen Zeitraum von 30 Tagen möglich.



## Weitere Präventions-Tipps:

- Auch hier gilt: auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten
- Bei Harndrang sofort zur Toilette gehen
- Nach jedem Geschlechtsverkehr Wasser lassen
- Immunsystem stärken, z. B. durch gesunde Ernährung, Bewegung, Stressreduktion

# Antibiotika bewusst einsetzen

Wegen guter Wirksamkeit werden Antibiotika oft voreilig verschrieben, was dazu führen kann, dass bakterielle Krankheitserreger unempfindlich (resistent) gegen Antibiotika werden.

## Gut zu wissen:

FEMANNOSE® N ist kein Antibiotikum. Gegen D-Mannose entwickeln die Bakterien also keine Resistenz.

Eine klinische Studie konnte zeigen, dass D-Mannose in der Prävention genauso wirksam ist wie das Antibiotikum Nitrofurantoin und dabei sehr gut verträglich war.<sup>2</sup>

Wenn Sie im Akutfall doch einmal ein Antibiotikum einnehmen müssen, kann die zusätzliche Anwendung von FEMANNOSE® N Ihnen dabei helfen, die Blasenentzündung schnell wieder loszuwerden und die Symptome zu lindern. Denn FEMANNOSE® N wirkt synergistisch, das heißt, es unterstützt die Wirkung des Antibiotikums.



<sup>2</sup>Kranjčec B et al., D-mannose powder for prophylaxis of recurrent urinary tract infections in women: a randomized clinical trial; World J Urol (2014) 32: 79–84.

## Die Vorteile von FEMANNOSE® N

- Zur unterstützenden Behandlung und Vorbeugung von Blasenentzündungen geeignet
- Sehr gute Verträglichkeit
- D-Mannose hat keine bekannten Wechselwirkungen mit anderen Substanzen
- Nach Absprache mit dem Arzt auch in Schwangerschaft und Stillzeit anwendbar
- Vegan; frei von Gluten, Laktose und Konservierungsmitteln

Tausche  
 Infekt ... ... gegen  
 Effekt

**Überzeugend: FEMANNOSE® N ist gut verträglich und einfach anzuwenden.<sup>3</sup>**

- **85 %** der Patientinnen bewerteten die Wirkung in der unterstützenden Behandlung als gut bis exzellent.
- Bei **88 %** der Patientinnen bewerteten die Ärzte die Verträglichkeit von FEMANNOSE® N als „ausgezeichnet“ oder „gut“.

<sup>3</sup>Nicht-interventionelle Studie mit FEMANNOSE® N; auswertbare Patientinnen: 97, Beobachtungszeitraum: bis zur subjektiven Symptombefreiheit, max. bis Tag 7.

# Blasenentzündung?

Wirksam vorbeugen – unterstützend behandeln



**Apothekenexklusives** Medizinprodukt

14 Portionsbeutel: PZN 12828537

30 Portionsbeutel: PZN 12894959

- ◆ D-Mannose mit einzigartigem Wirkprinzip
- ◆ D-Mannose blockiert E. coli-Bakterien in der Blase
- ◆ Antibiotikafrei und sehr gut verträglich

**Mehr über FEMANNOSE® N**  
unter [femannose.de](http://femannose.de)

9600026/9600021/2021