

**F**ast die Hälfte aller österreichischen Frauen hat einmal in ihrem Leben einen Harnwegsinfekt, und bei rund 30 % tritt die Infektion innerhalb von sechs bis zwölf Monaten erneut auf. Die Auslöser sind Mikroorganismen, also Bakterien oder Pilze, die zum Beispiel durch Sex, im Schwimmbad oder in der Sauna übertragen werden. Dann kommt es zu den typischen Beschwerden wie häufiger Harndrang mit kleinen Mengen, Brennen beim Urinieren oder Ziehen im Unterbauch. Da diese Symptome aber auch bei ernsteren Erkrankungen auftreten können, sollte man sie unbedingt urologisch abklären lassen.

#### Wie wird ein Harnwegsinfekt diagnostiziert?

Dr. Karl Dorfinger: Grundlagen sind Harnstreifentest und Harnkultur. Der Streifentest gibt an, ob eine Infektion vorliegt. Mit der Harnkultur werden die Keime isoliert und typisiert, um eine gezielte Antibiotikatherapie zu ermöglichen. Zusätzlich sollte die Ultraschalluntersuchung des Harntraktes (Niere, Harnblase, Harnröhre) nicht fehlen, um andere Ursachen oder Begleiterscheinungen zu erkennen. «

#### Welche zusätzlichen Behandlungsmöglichkeiten können angewendet werden?

Harnwegsinfekte sollten mit Antibiotika behandelt werden. Als ergänzende Behandlungsmethoden kommen die Einnahme von Preiselbeerextrakt oder Blasentees oder Anwendungen der Aromatherapie in Frage. Dabei werden ausgewählte ätherische Pflanzenöle in Form von Sitzbädern oder Einreibungen angewendet. Die Aromatherapie hat sich vor allem zur Verringerung von wiederkehrenden Infektionen bewährt, denn die eingesetzten Öle, wie zum Beispiel Thymian oder Lavendel, wirken nachhaltig keimtötend und entzündungshemmend.

#### Was sollte man dabei besonders beachten?

Wichtig sind die gezielte Behandlung und die Behandlungsdauer. Das betrifft Antibiotika wie auch ergänzende Methoden, besonders die Aromatherapie! Mittels Aromatogramm können die individuell passenden Öle herausgefunden werden.

Dr. Karl Dorfinger ist Präsident des Berufsverbands der Österreichischen Urologen. Er ist Mitglied in der Gesellschaft für Wissenschaftliche Aromatherapie und Vorstandsmitglied in der Gesellschaft für Urologie und Andrologie. 1999 hat er mit seiner Frau eine Gemeinschaftspraxis für Urologie und Labormedizin gegründet. Hier bietet er neben Urologie und Andrologie auch die Aromatherapie als komplementärmedizinische Methode an. [www.dorfinger.at](http://www.dorfinger.at)



**HARNWEGSINFEKTE NEIGEN DAZU, WIEDERZUKEHREN. ERGÄNZENDE HEILMETHODEN BRINGEN ERLEICHTERUNG, VOR ALLEM, WENN SIE GEZIELT EINGESETZT WERDEN.**

von FELICITAS FREISE

#### DAS AROMATOGRAMM

Bei einem Aromatogramm werden Krankheitserreger aus Harn, Ejakulat, Vaginalsekret oder Wundabstrichen auf eine Platte mit Nährlösung aufgebracht. Dann werden verschiedene ätherische Öle, die gegen Bakterien, Pilze oder Viren wirken, dazugegeben. Schon nach wenigen Tagen zeigt sich, **welches Öl das Wachstum der Keime am besten hemmt**. So können diejenigen Öle ermittelt werden, die am effektivsten zur Aromatherapieanwendung eingesetzt werden können, wodurch ein maßgeschneidertes Therapiekonzept entsteht.