



Konservative Behandlung der Reizblase

Indikation:

Reizblasenbeschwerden sind Harndrang mit oder ohne Harninkontinenzepisoden, häufiges Wasserlassen am Tage (mehr als 8x) bzw. nachts (mehr als 2x). Fühlen Sie sich dadurch in Ihrer Lebensqualität einschränkt und wurden bestimmte Ursachen wie eine Blasensenkung bzw. -entzündung in Vorfeld abgeklärt, sollte eine konservative Behandlung verordnet werden.

Wirkungsweise:

Reizblasenbeschwerden können durch mentales Training positiv beeinflusst werden. Im ersten Schritt wird für 2 bis 3 Tage ein Tagebuch (Miktionsstagebuch) geführt und die Trinkmengen, Toilettengänge und Ausscheidungsmengen dokumentiert. Oft werden Gewohnheiten (z.B. hohe Trinkmengen abends) festgestellt und können korrigiert werden. Unter sicheren häuslichen Bedingungen kann ein Drang auch für Minuten unterdrückt werden, um die Kapazität der Blase wieder zu vergrößern (Blasentraining). Eine Kräftigung des Beckenbodens unter physiotherapeutischer Anleitung bringt hier zusätzliche Sicherheit. Medikamentös können die Speicherkapazität der Blase verbessert, der Drang unterdrückt und Inkontinenzepisoden reduziert werden. Eine Reizstromtherapie kann ebenfalls zur Entspannung der Blasenmuskulatur führen.

Behandlungsschema:

Die überaktive Blase ist eine chronische Erkrankung und bedarf daher in den meisten Fällen einer dauerhaften begleitenden Therapie zur Linderung der Beschwerden. In einem Stufenschema werden die genannten Therapiebausteine erprobt, mitunter ist auch die Kombination mehrerer Therapieansätze erforderlich. Die meisten Medikamente werden nur einmal tgl. eingenommen und sollten nach ca. 2wöchiger Anwendung ihre Wirkung zeigen.

Erwartungen:

Unter Ausschöpfung der genannten Behandlungsmethoden werden in der Literatur Besserungsraten der Reizblasenbeschwerden bis zu 80% angegeben.

Bedenken:

Die genannten Medikamente können wirkstoffabhängig Nebenwirkungen wie Mundtrockenheit, Verstopfung und Einschränkungen des Kurzzeitgedächtnisses verursachen, andere wiederum den Bluthochdruck verstärken. Durch eine individuelle Verordnung können viele Nebenwirkungen verhindert werden. Treten diese trotzdem auf, muss das Medikament abgesetzt bzw. ausgetauscht werden. Bleibt ein Behandlungserfolg aus oder sind Nebenwirkungen nicht vermeidbar, lassen Sie sich über Behandlungsalternativen, wie z.B. eine Botoxtherapie, beraten.