



© staras

Harnwegsinfektion

Ein Informationsangebot von
[gesundheits.gv.at](https://gesundheitsportal.gv.at)



Harnwegsinfektion

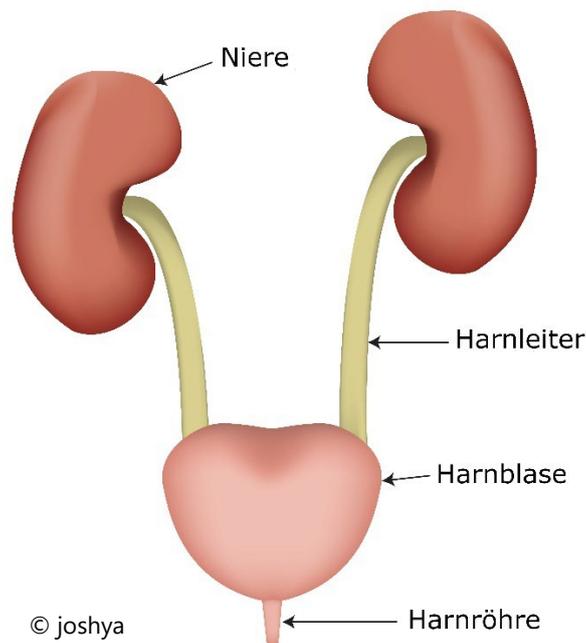
Harnwegsinfektionen sind Entzündungen der Harnwege. Dazu zählen Nieren, Harnleiter, Harnblase und Harnröhre. Je nachdem, welcher Abschnitt betroffen ist und wie die Entzündung verläuft, unterscheiden Fachleute verschiedene Formen der Harnwegsinfektion.¹ Die häufigste Form ist die Blasenentzündung. Sie kommt bei Frauen wesentlich öfter vor als bei Männern. Etwa 10 von 100 Frauen haben mindestens eine Blasenentzündung pro Jahr.²

Harnwegsinfektionen werden meist durch Bakterien verursacht.³ Typische Anzeichen sind unter anderem Schmerzen beim Harnlassen und häufiger Harndrang. Bei der Behandlung können Antibiotika zum Einsatz kommen. Zudem gibt es einige vorbeugende Maßnahmen.

Welche Formen von Harnwegsinfektionen gibt es?

Je nachdem, welcher Abschnitt der Harnwege betroffen ist, unterscheiden Fachleute:

- **Entzündungen der unteren Harnwege:** Dazu zählen Entzündungen der Harnblase und der Harnröhre. Diese werden auch als Zystitis bzw. Urethritis bezeichnet.
- **Entzündungen der oberen Harnwege:** Dazu zählen Entzündung des Nierenbeckens. Diese wird auch als Pyelonephritis bezeichnet.



Je nachdem, ob ein erhöhtes Risiko für einen schweren Verlauf besteht, unterscheiden Fachleute außerdem:

- **Unkomplizierte Harnwegsinfektion:** Es besteht kein erhöhtes Risiko für einen schweren Verlauf. In den Harnwegen liegen keine Veränderungen vor, die zu Komplikationen führen könnten. Die Blasenfunktion und die Nierenfunktion sind normal. Es liegen keine Begleiterkrankungen vor.¹
- **Komplizierte Harnwegsinfektion:** Es besteht ein erhöhtes Risiko, dass sich die Entzündung ausbreitet und einen schweren Verlauf verursacht. Dies gilt z.B. für^{1,4}
 - ältere Personen,
 - Schwangere,

- Personen mit schlecht eingestelltem Diabetes mellitus,
- Personen mit Störungen der Immunabwehr, z.B. HIV, Chemotherapie,
- Vorliegen von anatomischen Veränderungen in den Harnwegen, z.B. Harnröhrenverengung, Nierensteine, Prostatavergrößerung,
- Vorliegen von Funktionseinschränkungen in den Harnwegen, z.B. Nierenerkrankungen, Entleerungsstörungen der Harnblase.

Wenn die Harnwegsinfektion mehrmals jährlich auftritt – mindestens zweimal pro Halbjahr oder dreimal pro Jahr –, sprechen Fachleute von einer wiederkehrenden oder rezidivierenden Harnwegsinfektion.⁴

Welche Ursachen hat eine Harnwegsinfektion?

Eine Harnwegsinfektion wird meistens durch **Bakterien** verursacht. Diese gelangen von außen in die Harnröhre und führen dort zu Entzündungen. Die Bakterien können über die Harnröhre in die Blase und weiter bis in das Nierenbecken aufsteigen.⁵

In den meisten Fällen handelt es sich um Bakterien aus dem eigenen Darm, vor allem um Escherichia coli, kurz E.-coli-Bakterien. Andere Erreger sind weitaus seltener, z.B. Proteus, Staphylokokken, Klebsiellen, Enterokokken.⁶

Welche Risikofaktoren für eine Harnwegsinfektion gibt es?

Es gibt **Risikofaktoren**, die es den Krankheitserregern erleichtern, in die Harnwege einzudringen und eine Harnwegsinfektion auszulösen. Dazu zählen unter anderem:^{1,3,4,5}

- Weibliches Geschlecht: Frauen haben eine kürzere Harnröhre als Männer, zudem liegen Harnröhre und After näher beisammen. Bakterien können dadurch leichter in die Harnblase aufsteigen und sich dort vermehren;
- Geschlechtsverkehr: Geschlechtsverkehr erhöht das Risiko, dass Bakterien in die Harnröhre gelangen;
- Tragen eines Blasenkatheters;
- kürzlich erfolgte Antibiotikatherapie.

Bei **Frauen** kommen folgende Risikofaktoren hinzu:⁵

- Die Verwendung von spermienabtötenden Verhütungsmitteln – sogenannte Spermizide – oder eines Diaphragmas beim Geschlechtsverkehr.
- Schwangerschaft: Schwangere Frauen leiden häufiger unter Harnwegsinfektionen als nicht schwangere Frauen.
- Wechseljahre: Auch in den Wechseljahren steigt die Häufigkeit von Harnwegsinfektionen an. Dies hängt mit den hormonellen Veränderungen zusammen.
- Übertriebene Intimhygiene: Das saure Scheidenmilieu hindert Krankheitserreger daran, einzudringen und sich zu vermehren. Die Verwendung von zu viel Seife oder von Intimsprays und Scheidenspülungen kann diese natürliche Schutzfunktion beeinträchtigen.⁷

Bei **Männern** können vor allem eine Vergrößerung der Prostata oder Vorhautveränderungen eine Harnwegsinfektion begünstigen.^{1,4}

Welche Symptome können auftreten?

Mögliche Anzeichen einer Harnwegsinfektion sind:¹

- Schmerzen beim Harnlassen, dies wird als Dysurie bezeichnet;
- häufiger Harndrang, dies wird als Pollakisurie bezeichnet;
- das Gefühl, den Harn nicht halten zu können;
- Schmerzen im Unterbauch;
- allgemeines Krankheitsgefühl mit Müdigkeit und Erschöpfung;
- sichtbares Blut im Harn.

Bei Kindern kommen bei einer Harnwegsinfektion oft auch andere Symptome hinzu, wie z.B. Einnässen oder Bettnässen.

Hinweis: Mehr Informationen finden Sie unter Harnwegsinfektion bei Kindern



Komplizierte Harnwegsinfektion

Wenn zusätzlich zu den genannten Symptomen auch andere Beschwerden auftreten, hat sich die Entzündung unter Umständen schon weiter bis zu den Nieren ausgebreitet. Zu den möglichen Anzeichen zählen:¹

- Fieber über 38 Grad Celsius, Schüttelfrost,
- Schmerzen in der Nierengegend, dies wird als Flankenschmerz bezeichnet,
- Übelkeit und Erbrechen.

Sonderform: Asymptomatische Bakteriurie

Bei dieser Sonderform einer Harnwegsinfektion sind die Harnwege mit Bakterien besiedelt, die oder der Betroffene hat jedoch keine Beschwerden. Die Keimbesiedelung wird meist nur zufällig festgestellt⁵, z.B. bei Harnuntersuchungen im Rahmen einer Vorsorgeuntersuchung.

Die asymptomatische Bakteriurie muss nur in seltenen Fällen behandelt werden, z.B. vor bestimmten urologischen Eingriffen⁴.

Welche Komplikationen können auftreten?

Eine mögliche Folge einer Harnwegsinfektion ist eine Nierenbeckenentzündung. Fachleute sprechen auch von einer Pyelonephritis. Sie entsteht, wenn Bakterien über die Harnleiter weiter in die Nieren aufsteigen.⁵

Hinweis: Mehr Informationen finden Sie unter Nierenbeckenentzündung



Bei Männern können zusätzlich folgende Komplikationen auftreten:¹

- akute Entzündung der Prostata, sogenannte Prostatitis,

- Entzündung der Hoden, sogenannte Orchitis,
- Entzündung der Nebenhoden, sogenannte Epididymitis.

Wie wird die Diagnose gestellt?

Die Ärztin oder der Arzt führt zunächst eine ausführliche Anamnese durch und fragt nach den Beschwerden sowie nach eventuellen Risikofaktoren und Vorerkrankungen. Danach kann die Ärztin oder der Arzt häufig schon abschätzen, ob eine unkomplizierte Harnwegsinfektion vorliegt oder nicht.³ Oft wird zusätzlich eine Untersuchung des Harns mit einem Teststreifen durchgeführt, um den Verdacht zu erhärten. Harnteststreifen werden sehr häufig zur Diagnose verwendet, können jedoch auch falsch negative bzw. falsch positive Ergebnisse liefern.⁵

Bei eindeutigen Beschwerden sind in der Regel keine weiteren diagnostischen Schritte notwendig.⁴ Unter Umständen können weitere Untersuchungen notwendig sein, z.B. bei³

- weniger eindeutigen Beschwerden,
- wiederkehrenden Harnwegsinfektionen,
- Auftreten der Beschwerden in der Schwangerschaft,
- Vorliegen von Risikofaktoren, die den Krankheitsverlauf verschlechtern können,
- Verdacht auf eine Nierenbeckenentzündung.

Je nach Situation können verschiedene Untersuchungen zum Einsatz kommen, z.B.⁵

- ausführliche körperliche Untersuchung,
- gynäkologische oder urologische Untersuchung,
- Urinuntersuchung im Labor,
- Blutuntersuchung,
- Ultraschalluntersuchung der Nieren und der Harnblase,
- Röntgenuntersuchung des Harntraktes,
- Blasenspiegelung.



Was ist eine
Blasen-
spiegelung?

Wie erfolgt die Behandlung einer Harnwegsinfektion?

Unkomplizierte Harnwegsinfektionen bzw. Blasenentzündungen heilen oft von alleine aus.^{1,5} Bei starken Beschwerden können schmerzlindernde und krampflösende Medikamente helfen, z.B. Paracetamol oder Ibuprofen.

Zudem kann eine Behandlung mit Antibiotika infrage kommen. Antibiotika helfen bei Harnwegsinfektionen schnell und verkürzen die Krankheitsdauer.^{2,5}

Eine Antibiotikatherapie ist jedoch nicht immer erforderlich. Wenn die Gefahr für Komplikationen gering ist und die Beschwerden auszuhalten sind, kann unter Umständen darauf verzichtet werden. Ob Antibiotika sinnvoll sind oder nicht, klärt die Ärztin oder der Arzt individuell ab.⁵

Bei **komplizierten Harnwegsinfektionen** sind Antibiotika unbedingt erforderlich: Es besteht das Risiko, dass sich die Infektion weiter auf die Nieren ausbreitet.⁵ Um den Erreger zu bestimmen, wird meist eine Harnuntersuchung im Labor durchgeführt.¹

Wenn sich die Entzündung bereits auf die Nieren ausgebreitet hat, ist eine rasche Behandlung mit Antibiotika wichtig. Nur so können dauerhafte Nierenschädigungen verhindert werden.⁴ Je nach

Schweregrad der Infektion und dem allgemeinen Gesundheitszustand ist bei einer Nierenbeckenentzündung unter Umständen ein Krankenhausaufenthalt erforderlich.⁴

Was kann ich selbst tun?

- Hat Ihnen die Ärztin oder der Arzt Antibiotika verschrieben, nehmen Sie diese wie verordnet ein.
- Trinken Sie täglich ein bis zwei Liter Flüssigkeit. Dadurch werden Bakterien aus der Blase bzw. den Harnwegen gespült.
- Entleeren Sie regelmäßig und vollständig Ihre Blase.
- Oft wird die Anwendung von Wärme als angenehm empfunden, z.B. das Auflegen einer Wärmflasche.⁸

Wie Sie einer Harnwegsinfektion vorbeugen können

Es gibt einige Maßnahmen, die das Risiko für Harnwegsinfektionen verringern sollen. Diese können insbesondere für Frauen hilfreich sein, die unter wiederkehrenden Blasenentzündungen leiden.

Hinweis: Bei wiederkehrenden Harnwegsinfektionen ist eine fachärztliche Begutachtung erforderlich, um nicht andere Erkrankungen zu übersehen.¹

Wie kann ich im Alltag vorbeugen?

- Achten Sie auf eine ausreichende Trinkmenge, ca. 1,5 Liter pro Tag. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr spült die Harnblase regelmäßig durch und verhindert damit eine Vermehrung von Keimen.
- Wenn Sie ein Diaphragma oder spermienabtötende Verhütungsmittel verwenden, kann ein Wechsel auf eine andere Verhütungsmethode helfen.
- Vermeiden Sie übertriebene Intimhygiene mit Spülungen oder Waschlotionen. Diese können die natürliche Scheidenflora aus dem Gleichgewicht bringen. Eine Reinigung mit Wasser ist ausreichend.
- Vermeiden Sie Unterkühlungen, vor allem der Füße. Diese kann unter Umständen Harnwegsinfektionen begünstigen.^{3,4,5}

Hinweis: Die genannten Maßnahmen werden oft empfohlen und sind im Alltag gut umsetzbar. Es ist jedoch nicht sicher nachgewiesen, ob diese ausreichend wirksam sind.¹

Helfen pflanzliche Mittel zur Vorbeugung bei einem Harnwegsinfekt?

Manchmal werden pflanzliche Mittel – sogenannte Phytopräparate – zur Vorbeugung von Harnwegsinfektionen empfohlen. Ein Beispiel sind Cranberry-Produkte. Diese sind in unterschiedlichen Zubereitungsformen erhältlich, z.B. als Kapseln, Tee oder Saft. Einige Studien haben gezeigt, dass Frauen, die regelmäßig ein Cranberry-Präparat einnahmen, etwas seltener an einer Blasenentzündung erkrankten.^{2,5}

Zum Vergleich:

- Mit einem Placebo hatten acht von 100 Frauen innerhalb von drei Monaten mindestens eine Blasenentzündung.
- Mit einem Cranberry-Präparat hatten fünf von 100 Frauen innerhalb von drei Monaten mindestens eine Blasenentzündung.

Cranberry-Produkte könnten zur Vorbeugung einer Blasenentzündung möglicherweise wirksam sein. Dieses Ergebnis ist jedoch nicht gut abgesichert und gilt nur für unkompliziert verlaufende Blasenentzündungen bei ansonsten gesunden Frauen.⁹

Hinweis: Die Präparate scheinen nur zu wirken, solange sie eingenommen werden. Das bedeutet, sie müssen über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, um einen Effekt zu haben.⁵

Es gibt eine Reihe weiterer pflanzlicher Mittel, die zur Vorbeugung und zur Behandlung von Harnwegsinfektionen angeboten werden. Meist enthalten sie Kombinationen mehrerer Pflanzen. Insgesamt gibt es jedoch nicht ausreichend verlässliche Nachweise für die Wirksamkeit von Phytopräparaten¹⁰.

Hinweis: Auch pflanzliche Mittel können unerwünschte Nebenwirkungen haben. Sie sollten nur in Rücksprache mit der Ärztin oder dem Arzt eingenommen werden.

Welche weiteren vorbeugenden Maßnahmen gibt es?

Wenn Frauen sehr häufig unter wiederkehrenden Blasenentzündungen leiden, verschreibt die Ärztin oder der Arzt unter Umständen eine vorbeugende Behandlung mit einem **Antibiotikum**. Dieses wird über einen längeren Zeitraum – meist über drei bis sechs Monate – eingenommen.⁵

Frauen in oder nach den Wechseljahren verschreibt die Ärztin oder der Arzt unter Umständen **Östrogenpräparate** zum Einführen in die Scheide, z.B. in Form von Zäpfchen oder als Creme. Östrogen ist das weibliche Geschlechtshormon. Der sinkende Östrogenspiegel in den Wechseljahren kann dazu führen, dass die Schleimhaut der Scheide trockener wird und sich Bakterien leichter ansiedeln können. Örtlich angewandte Östrogenpräparate können dem entgegenwirken.⁵

Es gibt verschiedene weitere Behandlungen, die manchmal vorbeugend empfohlen werden. Es ist jedoch nicht sicher nachgewiesen, ob diese ausreichend wirksam sind. Dazu zählen unter anderem:^{4,5}

- Impfung gegen Blasenentzündung,
- Kapseln mit einem Extrakt aus abgetöteten E.-coli-Bakterien,
- Probiotika in Form von Zäpfchen, Saft oder Tabletten.

Wohin kann ich mich wenden?

Für die Abklärung und Behandlung von Harnwegsbeschwerden wenden Sie sich an

- eine Ärztin oder einen Arzt für Allgemeinmedizin,
- eine Fachärztin oder einen Facharzt für Urologie,
- eine Fachärztin oder ein Facharzt für Infektiologie.

Wie erfolgt die Abdeckung der Kosten?

Die e-card ist Ihr persönlicher Schlüssel zu den Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung. Alle notwendigen und zweckmäßigen Diagnose- und Therapiemaßnahmen werden von Ihrem zuständigen Sozialversicherungsträger übernommen. Bei bestimmten Leistungen kann ein Selbstbehalt oder Kostenbeitrag anfallen. Detaillierte Informationen erhalten Sie bei Ihrem Sozialversicherungsträger.

Weitere Informationen finden Sie auf www.gesundheit.gv.at/gesundheitsleistungen unter:

- Recht auf Behandlung
- Arztbesuch: Kosten und Selbstbehalte
- Was kostet der Spitalsaufenthalt
- Rezeptgebühr: So werden Medikamentenkosten abgedeckt
- Reha und Kur
- Heilbehelfe & Hilfsmittel
- Gesundheitsberufe A bis Z

sowie über die Online-Services der Sozialversicherung unter www.sozialversicherung.at.



Mehr zu Gesundheitsleistungen



Online-Services und
Formulare der Sozialversicherung

Die verwendete Literatur finden Sie im Quellenverzeichnis.

Letzte Aktualisierung: 1. August 2022

Erstellt durch: Redaktion Gesundheitsportal

Expertenprüfung: Univ.-Prof. Dr. Florian Thalhammer, Facharzt für Innere Medizin, Zusatzfach Innere Medizin (Infektiologie und Tropenmedizin)

Quellenverzeichnis

¹ Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin e.V. (DEGAM): Brennen beim Wasserlassen; S3-Leitlinie und Anwenderversion der S3-Leitlinie Harnwegsinfektion; AWMF Registernummer 053-001; Stand 07/2018; gültig bis 31.12.2022. Online abgerufen im März 2022 unter www.awmf.org

² Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) (2022): Blasenentzündung: Helfen pflanzliche Mittel bei wiederkehrender Blasenentzündung? HTA-Nummer HT20-01; Version 1.0. Online abgerufen im März 2022 unter www.iqwig.de

³ patienteninformation.de (2018): Blasenentzündung – Brennen beim Wasserlassen. Online abgerufen im März 2022 unter www.patienten-information.de

⁴ Deutsche Gesellschaft für Urologie: Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur Epidemiologie, Diagnostik, Therapie, Prävention und zum Management unkomplizierter, ambulant erworbener Harnwegsinfektionen bei erwachsenen Patienten; AWMF Registernummer 043/044; Version 1.1-2; Aktualisierung 04/2017. Online abgerufen im März 2022 unter www.awmf.org

⁵ Stiftung für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (2019): Akute Blasenentzündung. Online abgerufen im März 2022 unter www.gesundheitsinformation.de

⁶ AMBOSS (2022): Urozystitis (Harnblasenentzündung). Online abgerufen im März 2022 unter www.amboss.com (Registrierung erforderlich)

⁷ Frauenärzte im Netz des Berufsverbands der Frauenärzte e.V. (BVF), in Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe (DGGG): Blasenentzündung. Online abgerufen im März 2022 unter www.frauenaeerzte-im-netz.de

⁸ Österreichische Sozialversicherung (2021): Blasenentzündung (bei Frauen). Online abgerufen im März 2022 unter www.sozialversicherung.at

⁹ medizinttransparent.at (2022): Cranberry gegen Blasenentzündung: Vielleicht wirksam zur Vorbeugung. Online abgerufen im Juli 2022 unter www.medizin-transparent.at

¹⁰ medizinttransparent.at (2019): Mit Rosmarin, Liebstöckel und Tausendgüldenkraut gegen Blasenentzündungen? Online abgerufen im Juli 2022 unter www.medizin-transparent.at

Hinweis:

Für diese Information im Themenbereich Krankheiten haben wir wissenschaftliche Quellen mit gesichertem Wissen der evidenzbasierten Medizin gesammelt und geprüft. Wie wir diese Information erstellt haben, ist im **Methodenhandbuch Krankheiten** beschrieben. Wir verlinken auch auf andere Themenbereiche. Diese können Informationen enthalten, die eingeschränkt wissenschaftlich bewertet wurden. Für alle Informationen von gesundheit.gv.at gelten unsere [Qualitätskriterien](#).





GESUNDHEIT.GV.AT

Öffentliches Gesundheitsportal Österreichs

Medieninhaber und Herausgeber:

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumenten-schutz (BMASGPK)

Redaktion

Gesundheit Österreich GmbH

Stubenring 6

1010 Wien

Kontakt

www.gesundheit.gv.at

gesundheitsportal@goeg.at



Gesundheit
Österreich GmbH



Bundesministerium
Arbeit, Soziales, Gesundheit,
Pflege und Konsumentenschutz

Diese und weitere Informationen auf
gesundheitsportal.gv.at

