

Mangel statt Überfluss

Kongress – In Europa sind rund 30 Millionen Menschen mangelernährt. Darauf machen Experten anlässlich des in Wien stattfindenden Kongresses der Europäischen Gesellschaft für klinische Ernährung und Stoffwechsel (ESPEN) aufmerksam. „EU-Daten zeigen, dass zwischen fünf und 15 % der Gesamtbevölkerung, 40 % der Spitalspatienten sowie 60 % der Pflegeheimbewohner unterernährt sind oder in Gefahr sind, es zu werden. Das ist ein oft unterschätztes Phänomen“, sagt Univ.-Prof. Michael Hiesmayr, Leiter der Abteilung für Herz-Thorax-Anästhesie und Intensivmedizin am Wiener AKH.

Für eine Studie wurden an einem Stichtag mehr als 75.000 erwachsene Spitalspatienten in mehr als 30 Ländern befragt:

- 42 Prozent hatten vor der Spitalsaufnahme Gewicht verloren.
- 60 Prozent essen das angebotene Essen nicht auf. Von dieser Gruppe hatten 43 % keinen Appetit.
- Nur 25 Prozent der Patienten, die nichts zu Mittag essen, bekommen künstliche Ernährung.

Die Experten empfehlen u.a. ein routinemäßiges Screening des Ernährungszustandes bei jedem Patienten bei der Aufnahme sowie eine ernährungstherapeutische Betreuung aller Patienten.

KURIER-Sprechstunde

Akupunktur – Wie kann man mit dieser Methode das Immunsystem für den Winter stärken? Fragen dazu beantwortet heute, Mittwoch (14 bis 15 Uhr), Dr. **Daniela Stockenhuber**, Allgemeinmedizinerin und Akupunkturspezialistin in Wien und Purkersdorf, NÖ, unter ☎ 01/526 5760. Unter www.kurier.at/gesundheit können Sie ihr auch online Ihre Fragen stellen.



STEPHAN BOROVICZEVY

Harnwegsinfekte

Wenn Keime bis an die Nieren gehen



MARIO LOPES/FOTOLIA

Frauen sind häufiger betroffen als Männer.

In bestimmten Fällen müssen aber auch die Partner mitbehandelt werden.

VON JOSEF GEBHARD

Ein harmloses Badevergnügen kann leicht sehr schmerzhaft enden: Keime im Wasser, gepaart mit nassen Badesachen, die am Körper getragen werden, führen nur allzu oft bei Frauen zu einer unangenehmen Harnwegsinfektion. „Genaue Zahlen gibt es keine, aber diese Erkrankung ist extrem verbreitet“, sagt die in Wien 19 und in Graz tätige Urologin Annahita Hariri. „Manche Frauen erkranken immer wieder, oft sogar drei bis vier Mal im Jahr.“ Auch die winterliche Kälte begünstigt die Krankheit.

Männer können sich die Keime zwar auch einfangen, doch verursachen sie bei ih-

nen aufgrund ihrer längeren Harnröhre wesentlich seltener spürbare Symptome. Es ist aber trotzdem möglich, dass sie bei häufigem Sex ihre Partnerin anstecken. Ärzte haben dafür den blumigen Begriff „Honeymoon-Zystitis“ (Flitterwochen-Blasenentzündung) erfunden.

Typische Beschwerden sind vermehrter Harndrang, massives Brennen beim Wasserlassen, Unterleibschmerzen (Ziehen im Unterbauch, Druck in der Blase) und Blut im Urin. „Manchmal breitet sich die Infektion über die Harnleiter bis zu den Nieren aus und führt zu einer fiebrigen Nierenbeckenentzündung, die im Spital behandelt werden muss. Ansonsten droht eine dauerhafte Schädigung des Organs“, sagt die Ärztin.

Harnanalyse Doch auch ohne diese Komplikation sollte man bei den oben genannten Symptomen einen Urologen zur genauen Abklärung aufsuchen. Er führt eine Harnanalyse durch und legt eine Harnkultur an. „Damit findet man heraus, auf

welche Antibiotika die Bakterien ansprechen. Denn behandelt man mit den falschen, kommt die Erkrankung immer wieder.“ Hinzu kommt eine Ultraschall-Untersuchung von Blase und Nieren sowie eine Blasenpiegelung. „Mit ihr wird abgeklärt, ob nicht etwa ein Blasen-tumor vorliegt. Viele Frauen haben Angst vor dieser Untersuchung, dabei ist sie dank örtlicher Betäubung



PRIVAT

„Genaue Zahlen gibt es keine, aber diese Erkrankung ist extrem verbreitet.“

Annahita Hariri Urologin

mit einem speziellen Gel schmerzlos.“

Neben Antibiotika (oft in Kombination mit Anti-Pilzmitteln) gibt es weitere Möglichkeiten, die Infektion in den Griff zu bekommen: „Frauen sollten etwa nach dem Sex die Blase leeren. So wird verhindert, dass Keime während der Nacht aufsteigen können. Manchmal hilft auch die Ansäuerung des Harns mit Mitteln, die auf Preiselbeer-Extrakten basieren“, betont die Expertin.

Beim sommerlichen Baden sollte man bei Anfälligkeit für derartige Infektionen Gewässer mit hoher Keimbelastung meiden. „Seen sind grundsätzlich weniger problematisch als Bäder.“ Nasses Badezeug sollte rasch gewechselt werden und nicht am Körper getrocknet werden. Wenn alles nichts hilft, ist es oft sinnvoll, den Partner kurzerhand mitzubehandeln. Hariri: „Leider ist es nicht verbreitet, dass auch Männer zum Harnröhrenabstrich beim Urologen gehen sollten.“

Nasse Bikinis sollten nicht am Körper getrocknet werden, betonen Mediziner

Infekt-Auslöser: Verschiedene Keime

Erreger Die meisten Harnwegsinfektionen werden von Escherichia-coli-Keimen und Enterokokken ausgelöst. Diese Bakterien kommen normalerweise im Darm vor, ohne dort Infektionen auszulösen. In den an sich keimfreien Harnwegen können sie jedoch Entzündungen auslösen. Bei einer unteren Harnwegsinfektion wird zwischen einer Entzündung der Harnröhre (Urethritis) und einer Blasenentzündung (Zystitis) unterschieden. Bei der oberen Harnwegsinfektion spricht man von einer Nierenbeckenentzündung.

Männer Nach 60 erkranken auch sie häufiger. Schuld daran ist oft eine vergrößerte Prostata, die eine vollständige Entleerung der Blase erschwert. Der verbleibende Restharn begünstigt Entzündungen.

Noch gibt es sommerliche Temperaturen

Wetterlage Der Hochdruckwirbel schiebt sich nach als eine schwache Störungszone zieht im Laufe des Tages mit Regenschauern und Gewittern durch. Am Freitag kommt die nächste Kaltfront, die eine merkliche Abkühlung bringen wird.

Aussichten Von Voreilung bei Kältebildung sind wir mit Vorwarnung durch dichte Wolken, Regenschauer und Gewitter zu erwarten. Am Wochenende scheint bis zum frühen Freitagabend viel Sonne.



die Sonne dann tauchen ebenfalls vereizelt Wolken auf. Im Ost- und Oberflurraum steigt die Gewitterneigung nach an. **Wetter am Donnerstag** Am Tag ist es vor allem im Südlichen Flachland und im Mittelwesten Sonne gibt es nur kurze Auflockerungen, wiederholt gehen Schauer und Gewitter nieder.



Berliner

Wetterföhrige verweht mit frischen Brisen und ist leicht neblig. Kognitions- und Migräne sind häufig, verunsicherung ist zu erwarten. Im Osten und Süden überwiegen meist die positiven Einflüsse des Westens auf den Organismus. Im Nachhinein ist aber mit Wärmebelastung zu rechnen.

Berliner



Sonne / Wind



Europa

