

**Zeitschrift:** Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau

**Herausgeber:** Spitex Verband Kanton Zürich

**Band:** - (2003)

**Heft:** 3

**Artikel:** Preiselbeersaft hilft bei Blasenleiden

**Autor:** Siebenthal, Marlies von

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-822675>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Preiselbeersaft hilft bei Blasenleiden.

Interview mit Frau Marlies von Siebenthal, Inkontinenzschwester am Zentrum für Blasenbeschwerden der Frauenklinik Frauenfeld, Thurgauisches Kantonsspital. (Chefarzt PD Dr. med. J. Eberhard)



«Blasenentzündungen, Reizblase, Inkontinenz, auch Haut- und Schleimhautbeschwerden im Intimbereich sind immer noch ein Tabu-Thema».

**Frau von Siebenthal, Sie arbeiten als Inkontinenzschwester im Zentrum für Blasenbeschwerden in der Frauenklinik Frauenfeld. Was ist das Ziel dieses Zentrums, das von Chefarzt Dr. J. Eberhard, geleitet wird?**

Wir sind ein Kompetenzzentrum, das heute weit über die Landesgrenze bekannt ist. Unser Ziel ist die Abklärung, Behandlung und Heilung der unangenehmen Blasenbeschwerden, deren häufigen Begleiterkrankungen wie Entzündungen, Harn- und Stuhlinkontinenz, Schmerzen oder Juckreiz im Intimbereich und Senkungsleiden. Wir möchten den vielen betroffenen Frauen helfen.

**Wie viele Menschen leiden an Blasenleiden?**

In der Schweiz leiden etwa 400'000 Menschen an Harninkontinenz. Werden auch chronische Blasenentzündungen und Reizzustände in der Blase berücksichtigt, so ist fast jede dritte Person in irgendeiner Form betroffen. In jungen Jahren leiden vermehrt Frauen, mit steigendem Alter zunehmend auch Männer unter Blasenbeschwerden.

**Sind Blasenleiden immer noch ein Tabu-Thema?**

Leider ja. Viele Betroffene wissen es nicht, mit einer Fach-

person über ihr Leiden zu sprechen. Andere glauben nach erfolglosen Behandlungen nicht mehr an eine Heilung. Mit vorbeugenden Massnahmen treten jedoch Beschwerden und Rückfälle seltener auf. Durch geeignete Behandlungen lassen sich Beschwerden lindern und heilen. Unser Team unternimmt viel, um auf Behandlungsmöglichkeiten aufmerksam zu machen. Auch Fachleute informieren wir an Kongressen und mit Publikationen.

**Was sind die Ursachen für das weit verbreitete Blasenleiden?**

Es gibt mehrere Gründe, die zu Blasenbeschwerden führen: Faktoren sind zu dünne Schleimhäute (bedingt durch Oestrogenmangel), Abwehrschwäche, ungeeignete Intimpflege, ungenügende tägliche Trinkmengen, Unterkühlung, psychischer und körperlicher Stress oder Intimverkehr, die das Eindringen und Einnisten von Bakterien in die Harnröhre und Blase begünstigen.

**Was raten Sie den betroffenen Personen?**

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt über Ihre Blasenprobleme. Wenden Sie sich an eine Beratungsstelle oder an ein Zentrum, das Blasenbeschwerden behandelt. Nehmen

Sie Ihr Leiden nicht einfach als Schicksal hin. Es gibt viele Behandlungsmöglichkeiten. Unsere Broschüre «Harnverlust und Blasenbeschwerden der Frau» kann mit einem frankierten Rückantwortcouvert kostenlos bei uns angefordert werden.

**In Ihrem Zentrum empfehlen Sie Preiselbeersaft bei Reizblasenbeschwerden oder chronischen Blasenentzündungen. Warum?**

Preiselbeersaft hat einen hohen, wirkungsvollen Tanningehalt und schützt die Schleimhäute und Harnwege, hemmt das Bakterienwachstum und das Haften der Bakterien an der Blasenwand. Diese gute Wirkung wurde in mehreren klinischen Studien bewiesen. Wir vom Blasenzentrum können das bestätigen.

**Es gibt verschiedene Preiselbeersaftprodukte. An Ihrem Zentrum haben Sie verschiedene ausprobiert und Erfahrungen gesammelt. Was empfehlen Sie?**

Mehrere Konzentratsäfte sind etwas sauer und daher nicht sehr bekömmlich. Auch verursachen sie teilweise Durchfall. Besser sind die bereits trinkfertigen Bio-Preiselbeerektare. Solche Produkte sind

in Drogerien, Apotheken und Reformhäusern erhältlich. Bio-Produkte sind naturrein und ohne jegliche Zusätze hergestellt.

**Wie ist Ihre Dosierungsempfehlung für Preiselbeerektare?**

Als Unterstützung der Behandlung einer akuten Harnwegentzündung raten wir 3 x 1 dl Preiselbeer-Nektar einzunehmen. Diese Dosis sollte solange beibehalten werden, bis sich die Blaseschleimhaut ganz erholt hat und die natürlichen Abwehrmechanismen wieder in der Lage sind, sich aus eigener Kraft zu schützen. Als Langzeitprophylaxe empfehlen wir täglich 1 dl Preiselbeer-Nektar vor dem Schlafen.

## **DIE PREISELBEERE**

(lat.) *Vaccinium vitis-idaea L.*

**Hoher Gehalt an Tannin, Kalium und Benzoesäure.**

**Verbreitet in Nord- und Mitteleuropa und in den Alpen.**

**Bio-Preiselbeeren wachsen wild, sind handgelesen und EU-Bio zertifiziert.**