

Empfehlungen bei wiederkehrenden Harnwegsinfekten

Hygienemaßnahmen:

- Po abwischen (von vorne nach hinten, v.a. Mädchen!)
- nicht zu viel Seife
- Waschlösung mit pH-Wert von 5,5 -7

Wärme:

- lokal auf die Blasenregion mit Kirschkernkissen
- warme Sitzbäder mit Kamille oder Schachtelhalm
- ansteigende Fußbäder

Viel Trinken:

- 1,5 l -2 l möglichst Wasser oder Tee, z.B. Brennnessel, grüner Hafer, Acherschachtelhalm
- Cranberrysaft/-schorle, Preiselbeersaft/-schorle

Nahrungsergänzung + Mikroökologie:

- „Angocin Anti Infekt“ (frühzeitig)
- Cranberrykapseln
- Preiselbeeren (Preisel-San)
- E. coli Lysate (z.B. Symbioflor II, Uro Vaxom)

Homöopathie:

- Reneel (von Heel)
- Cantharis Blasen-Globuli (von Wala)
- Bei der ersten Symptomatik in der 1. Stunde alle 10. min. Schüssler Salze °Nr. 9 Natrium phosphoricum
- Canephron (Dreierkombination aus Tausendgüldenkraut, Liebstöckel und Rosmarin), ab 12 Jahren

Krampfösend:

- Spascupreel
- Schüssler Salze °Nr. 7