

# **BLASENENTZÜNDUNG UND INTERSTITIELLE ZYSTITIS**

## **TEST – THERAPIE – SCHMERZBEKÄMPFUNG**

**Dr. med. Ines Ehmer**



# INHALT

Vorwort	6	<b>KAPITEL 8</b>	Alternative Behandlungsmethoden von Blasenentzündungen	66
Einleitung	9	<b>KAPITEL 9</b>	Tipps zur Selbsthilfe: Wie können Sie einer Blasenentzündung vorbeugen?	76
<b>TEIL 1</b>				
<b>Häufig wiederkehrende Blasenentzündungen</b>	12		Überleitung zu Teil 2	82
<b>KAPITEL 1</b>			<b>Selbsttest:</b> Chronische, nicht bakterielle Blasenentzündungen	83
Allgemeines zur Blase und zu Blasenentzündungen	13			
<b>Selbsttest:</b> Blasenentzündungen	16			
<b>KAPITEL 2</b>		<b>TEIL 2</b>	<b>Die schmerzende Blase: Chronische, nicht bakterielle Blasenentzündungen</b>	84
Die akute Blasenentzündung	22	<b>KAPITEL 1</b>	Allgemeines zu chronischen, nicht bakteriellen Blasenentzündungen	85
<b>KAPITEL 3</b>		<b>KAPITEL 2</b>	Diagnosestellung	94
Diagnostik von Blaseninfektionen	28	<b>KAPITEL 3</b>	Mögliche Ursachen von Interstitieller Zystitis/Blasenschmerzsyndrom	103
<b>KAPITEL 4</b>		<b>KAPITEL 4</b>	Alles eine Frage der Nerven? Der Einfluss des Nervensystems	111
Rückenschmerz und urologische Probleme – wie passt das zusammen?	45			
<b>KAPITEL 5</b>				
Schwangerschaft und Wechseljahre	47			
<b>KAPITEL 6</b>				
Antibiotische Therapie der Blasenentzündungen	52			
<b>KAPITEL 7</b>				
Harnröhreninfektionen	62			

<b>KAPITEL 5–7</b>			
<b>Therapiemöglichkeiten von IC/BPS</b>	<b>115</b>		
<b>KAPITEL 5</b>			
<b>Medizinische Behandlungsmöglichkeiten: die „erste Säule“ der Therapie</b>	<b>115</b>		
<b>KAPITEL 6</b>			
<b>Physiotherapeutische/manuelle Behandlungsmöglichkeiten: die „zweite Säule“ der Therapie</b>	<b>140</b>		
<b>KAPITEL 7</b>			
<b>Selbsthilfemöglichkeiten und -strategien: die „dritte Säule“ der Therapie</b>	<b>155</b>		
<b>KAPITEL 8</b>			
<b>IC/BPS und Sexualität</b>	<b>175</b>		
<b>KAPITEL 9</b>			
<b>IC und Hormone</b>	<b>180</b>		
<b>KAPITEL 10</b>			
<b>Leben mit Interstitieller Zystitis und chronischer Blasenentzündung</b>	<b>184</b>		
<b>KAPITEL 11</b>			
<b>Andere mögliche Begleiterkrankungen</b>	<b>199</b>		
<b>Ausblick</b>	<b>207</b>		
		<b>TEIL 3</b>	
		<b>Anhang</b>	<b>208</b>
		Adressen und Kontakte	209
		Tagebuch über die Blasenentleerung	212
		Schmerztagebuch	214
		Fragebogen zu Schmerz und Befindlichkeit	215
		<b>Stichwortverzeichnis</b>	<b>216</b>
		<b>Impressum</b>	<b>220</b>
		<b>Abbildungsverzeichnis</b>	<b>220</b>