

**Pressemitteilung**  
Gesundheit  
Wien, 8. März 2021

## **Gesunde Blase im Frühling:** **D-Mannose und PAC können Bakterien an sich binden**

**Brennen und Schmerzen beim Wasserlassen und das Gefühl, ständig auf die Toilette zu müssen – zu leichte Frühjahrsgarderobe kann eine Blasenentzündung begünstigen.<sup>1</sup> Mehr als jede zweite Frau leidet zumindest einmal im Leben an einem Harnwegsinfekt, rund ein Viertel davon hat sogar wiederholt mit den oft schmerzhaften Entzündungen zu kämpfen.<sup>2</sup> Gisele Schön, Vorstandsmitglied der Medizinischen Kontinenzgesellschaft Österreich (MKÖ), sowie diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und Fachbuchautorin, weiß, wie Frau die Blase gesund hält und warum eine Kombination von D-Mannose und PAC dabei hilft, krankheitsverursachende Bakterien rasch loszuwerden. Mehr Informationen: [www.gesunde-blase.at](http://www.gesunde-blase.at)**

### **Frühjahrskälte schwächt das Immunsystem**

Wenn die ersten Sonnenstrahlen ins Freie locken, wird oft vergessen, dass die Temperaturen abends rasch sinken und die Böden noch kühl sind. Doch Kälte schwächt das Immunsystem und Bakterien haben leichteres Spiel.<sup>3</sup> Auslöser einer Blasenentzündung sind fast immer sogenannte E. coli-Bakterien. Diese sind im Darm enthalten und können, etwa beim Geschlechtsverkehr, in die Scheide gelangen und bis in die Blase aufsteigen.<sup>4</sup> Dort heften sie sich wie mit kleinen „Saugnapfen“ an die Blasenwand und lösen die schmerzhafteste Entzündung aus. „Frauen sind häufiger betroffen als Männer. Durch die kurze weibliche Harnröhre mit nur drei bis fünf Zentimetern ist der Weg der Bakterien in die Blase nicht weit“, so Schön.

### **D-Mannose und PAC helfen rasch und beugen vor**

Bei einer unkomplizierten Blasenentzündung ohne Fieber und Blut im Harn ist in der Regel kein Antibiotikum erforderlich. „Da Antibiotika häufig verschrieben werden, nehmen Antibiotikaresistenzen seit Jahren zu. Deshalb empfehle ich, bei ersten leichten Symptomen oder häufig wiederkehrenden Blasenentzündungen zu Produkten mit einer Kombination von D-Mannose und PAC zu greifen“, erklärt Schön. PAC sind sekundäre Pflanzenstoffe, die in Cranberries enthalten sind. Ebenso wie der Einfachzucker D-Mannose können sie ein Anhaften von Bakterien an den Schleimhäuten der Harnwege und der Blase verhindern. Die Bakterien werden dann einfach beim nächsten Gang zur Toilette mit dem Harn ausgespült.<sup>5</sup> Besonders bei wiederkehrenden Blasenentzündungen hat D-Mannose einen klinisch belegten, positiven Einfluss. In einer Studie wurde nachgewiesen, dass mit einer D-

<sup>1</sup> Veit Wambach (19. April 2018): „Harnwegsinfekte im Frühling“, verfügbar unter <https://antibiotika-alternativen.de/aufgepasst/harnwegsinfekte-im-fruehling/> (Zugriff am 2.03.2021)

<sup>2</sup> NN (o.D.): „Blasenentzündung: Formen und Erreger“, verfügbar unter <https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/nieren-harnblase/blasenentzuendung/harnwegsinfekt> (Zugriff am 2.03.2021)

<sup>3</sup> Veit Wambach (19. April 2018): „Harnwegsinfekte im Frühling“, verfügbar unter <https://antibiotika-alternativen.de/aufgepasst/harnwegsinfekte-im-fruehling/> (Zugriff am 2.03.2021)

<sup>4</sup> Philip Tarr et al.: „Akute Harnwegsinfektionen, Teil 1: HWI in der Praxis“, veröffentlicht: 12.06.2013; in Schweiz Med Forum 2013; 13(24):467-471

<sup>5</sup> Franco Vicariotto; „Effectiveness of an Association of a Cranberry Dry Extract, D-mannose, and the Two Microorganisms Lactobacillus plantarum LP01 and Lactobacillus paracasei LPC09 in Women Affected by Cystitis. A Pilot Study“, 2014, S. 97; S. 96-101

Mannose-Behandlung das Wiederauftreten einer Blasenentzündung deutlich länger hinausgezögert werden konnte als bei jenen Patientinnen mit einer klassischen Antibiotikabehandlung.<sup>6</sup>

#### **Hilfe bei akuten und wiederkehrenden Blasenentzündungen**

Eine ideale Kombination von D-Mannose und Cranberry enthalten die rezeptfrei in der Apotheke erhältlichen Produkte **UroAkut®**, **UroAkut® vegan** sowie **UroProtect** des österreichischen Traditionsunternehmens Kwizda Pharma. Im Fall akuter Beschwerden wird **UroAkut®** oder – für alle, die auf tierische Inhaltsstoffe verzichten wollen – **UroAkut® vegan** erst zweimal und dann einmal täglich für rund eine Woche als Trinklösung eingenommen. Als Schutz vor wiederkehrenden Blasenentzündungen empfiehlt sich **UroProtect**, das ideal zur täglichen Einnahme über einen längeren Zeitraum geeignet ist.

#### **Tipps von Blasen-Expertin Gisele Schön**

Damit die Blase gesund bleibt und es möglichst gar nicht erst zu einem Infekt kommt, hat die Expertin folgende Tipps: „Täglich sollten mindestens zwei bis drei Liter Wasser oder ungesüßter Tee getrunken werden. Wichtig ist es, den Toilettengang nicht hinauszuzögern. Bei der Säuberung auf der Toilette gilt: immer von der Scheide nach hinten Richtung After wischen, um keine Bakterien in den Intimbereich zu bringen. Optimalerweise sollten Frauen bei Blasenproblemen Baumwollunterwäsche tragen. Wenn das nicht möglich ist, können unparfümierte und luftdurchlässige Slipeinlagen, die nach jedem Toilettengang gewechselt werden, hilfreich sein.“

#### **Über Gisele Schön**

Gisele Schön war maßgeblich am Aufbau der Beratungsstellen für Kontinenz des Fonds Soziales Wien beteiligt und leitet diese von 1996 bis 2007. Die diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin sowie Kontinenz- und Stomaberaterin ist Vorstandsmitglied der Medizinischen Kontinenzgesellschaft Österreich (MKÖ) und Autorin zahlreicher Publikationen, u.a. „Wenn Blase und Darm nicht mehr halten, was sie versprechen“, Facultas-Verlag.

#### **Über Kwizda Pharma**

Kwizda Pharma gehört zur familiengeführten, österreichischen Kwizda Unternehmensgruppe und entwickelt, produziert und vertreibt rezeptfreie Markenprodukte und rezeptpflichtige Arzneimittel. Das international erfolgreiche Unternehmen sieht seine Aufgabe darin, Menschen in jedem Alter dabei zu unterstützen, gesund zu sein. Das breite Sortiment umfasst bekannte Markenprodukte und Arzneimittel zur Therapie, Gesundheitsförderung und -prävention u.a. in den Bereichen Husten, Erkältung, gesunde Blase, Schmerz, sowie Hypertonie, Diabetes, Osteoporose und Gynäkologie. Kwizda Pharma beschäftigt 143 Mitarbeiter und erzielte 2020 einen Umsatz von etwa 50 Millionen Euro. Die Kwizda-Unternehmensgruppe mit Hauptsitz in Wien umfasst die drei Geschäftsfelder Gesundheit, Pflanzenschutz und Abdichtungssysteme.

Weiterführende Informationen unter [www.kwizda-pharma.at](http://www.kwizda-pharma.at)

#### **Fotos anbei, Abdruck honorarfrei:**

BU 1 & 2: Gisele Schön, Vorstand Medizinische Kontinenzgesellschaft Österreichs  
Fotocredit: privat

BU 3: Packshot **UroAkut®**  
Fotocredit: Kwizda Pharma

BU 4: Packshot **UroAkut® vegan**  
Fotocredit: Kwizda Pharma

---

<sup>6</sup> Porru D et al. Oral D-mannose in recurrent urinary tract infections in women: a pilot study Journal of Clinical Urology (2014), S. 208 & 210; Vol. 7(3) 208–213

BU 5: Packshot **UroProtect**  
Fotocredit: Kwizda Pharma

**Presse-Rückfragen:**

communications, Agentur für PR, Events & Marketing, Servitengasse 6/8, 1090 Wien  
Nina Weiß, Tel.: +43 (0)1 315 14 11-48, [nina.weiss@communications.co.at](mailto:nina.weiss@communications.co.at)

URO-0199\_2103