

Urologie

Blaasontsteking bij de vrouw

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

Deze folder gaat over blaasontsteking bij vrouwen. U leest wat een blaasontsteking is, wat oorzaken kunnen zijn, wat de uroloog kan doen en welke behandelingen er zijn. Daarnaast wordt algemene informatie gegeven en vertellen we wat *wel* en *niet waar* is bij een blaasontsteking.

Wat is een blaasontsteking?

Een blaasontsteking is een ontsteking van het blaaswandlijmvlies, de binnenbekleding van de blaas. Klachten kunnen zijn:

- pijn bij plassen;
- vaak plassen;
- moeilijk of niet kunnen ophouden bij aandrang;
- pijn in de onderbuik;
- bloed plassen;
- pijnlijke plasbuis;
- moeite om te plassen.

Koorts (hoger dan 38 °C) hoort niet bij een blaasontsteking. Dit is een teken van een nierbekkenontsteking.

De oorzaak

Bijna alle blaasontstekingen worden veroorzaakt door darmbacteriën. Deze darmbacteriën bevinden zich normaal in het gebied rond de anus. Omdat de afstand tussen de anus en de vagina en ingang van de plasbuis bij vrouwen klein is, kunnen deze bacteriën gemakkelijk in de vagina of plasbuis komen. In de vagina zitten normaal andere, zure bacteriën die darmbacteriën tegengaan. Als darmbacteriën via de plasbuis in de blaas terechtkomen, kunnen ze aan de blaaswand gaan kleven en zo een ontsteking veroorzaken.

Veel en vaak

Blaasontstekingen komen vaak en bij veel vrouwen en voor. Van de 1000 patiënten die zich jaarlijks bij de huisarts melden hebben 80 vrouwen een blaasontsteking. Als het 'gewone' blaasontstekingen zijn hoeft een huisarts pas te verwijzen naar de uroloog bij meer dan 5 blaasontstekingen in een jaar. Waarom de ene vrouw nooit een blaasontsteking krijgt en een ander heel vaak is niet bekend. Er zijn wel risicofactoren bekend.

Risicofactoren

- *Seks*: gemeenschap hebben is de grootste risicofactor voor het krijgen van blaasontstekingen. Door de bewegingen bij gemeenschap komen de bacteriën dicht bij de plasbuis. Vrijen met een condoom verlaagt dit risico niet.
- *Leeftijd*: tussen de 20 en 30 jaar heeft men relatief vaak gemeenschap wat een risicofactor is. Na de overgang komen blaasontstekingen weer vaker voor omdat er dan minder zure vaginale bacteriën aanwezig zijn, waardoor darmbacteriën moeilijker tegengehouden kunnen worden.
- *Afwijkingen* (aangeboren of later ontstaan) aan de urinewegen waardoor bijvoorbeeld de blaas niet goed leeg is na het plassen.
- *Algeheel verminderde weerstand* geeft meer kans op blaasontstekingen.

- *Erfelijkheid*: voornamelijk als de moeder vroeger ook blaasontstekingen had.

Bezoek aan de uroloog

Bij de meeste vrouwen met blaasontstekingen is er bij urologisch onderzoek geen onderliggende oorzaak aantoonbaar. De kans op afwijkingen is klein, zeker wanneer de blaasontstekingen goed te behandelen zijn en na behandeling de urine schoon is. Bij het ouder worden neemt de kans op een aanwijsbare oorzaak wel wat toe.

Onderzoek op de polikliniek Urologie

Met een paar onderzoeken op de polikliniek kunnen de meeste oorzaken gevonden worden. Afhankelijk van uw leeftijd en onderzoeken die uw huisarts al gedaan heeft, kunt u de volgende onderzoeken verwachten:

- *Urineonderzoek*: verse urine (minder dan 2 uur oud, bij voorkeur op de polikliniek geplast) wordt nagekeken op de aanwezigheid van ontstekingscellen en bacteriën en zo nodig op kweek gezet;
- *Plaslijst*: u houdt thuis een lijst bij wat u in 24 uur drinkt, hoe vaak u plast en hoe groot de hoeveelheden zijn die u plast. Met deze lijst kan de uroloog u adviezen geven;
- *Flow-residumeting* (zie folder Flowmetrie): het meten van de straal tijdens het plassen en daarna meten of u de blaas leeg plast;
- *Blaasonderzoek* (zie folder Blaasonderzoek): op aanvraag van een arts kan een blaasonderzoek plaatsvinden, bijvoorbeeld als er bij de flowmeting een verdenking is op een vernauwing van de plasbuis, of wanneer er na behandeling steeds ontstekingscellen of rode bloedcellen in de urine aanwezig blijven;
- *Echografie van de nieren*: wordt uitgevoerd bij enkele risicofactoren zoals urineweginfecties op kinderleeftijd.

Behandeling

De behandeling is afhankelijk van hoe vaak bij u de blaasontstekingen voorkomen en of er bij aanvullend onderzoek oorzaken of risicofactoren gevonden zijn.

Regelmatig bestaat de behandeling alleen uit het krijgen en opvolgen van de volgende adviezen om de kans op blaasontstekingen te verkleinen.

Drinken en plassen

- Drink zoveel dat u ten minste 1,5 liter per dag plast. Verdeel het drinken gelijkmatig over de dag.
- Ga regelmatig naar het toilet.
- Gebruik cranberry als u merkt dat u bij gebruik hiervan minder blaasontstekingen krijgt: bijvoorbeeld door 2 keer per dag cranberrysap te drinken of capsules te nemen. Het is bewezen dat een aantal bacteriën zich minder goed aan de blaaswand kunnen hechten door het gebruik van cranberry.
Let op: als u bloedverdunners gebruikt via de trombosedienst kan cranberry hier invloed op hebben, overleg het daarom met uw trombosedienst.
- Als aanvullend onderzoek aantoont dat u de blaas onvoldoende leeg plast, of dat het plassen verbeterd kan worden, volgt een verwijzing naar een erkende bekkenfysiotherapeut.

Hormoonpreparaten na de menopauze

Bij vrouwen die in de overgang zijn geweest, lijkt het zinvol om hormoonpreparaten te gaan gebruiken om de weerstand bij de vagina te herstellen. De uroloog, gynaecoloog of huisarts kan u dit voorschrijven.

Antibiotica

- Als u het begin van een blaasontsteking goed herkent, kan een aantal antibioticakuren in voorraad voorgeschreven worden. Zo kunt u bij de eerste tekenen van blaasontsteking direct beginnen en is meestal een korte kuur van 3 tot 5 dagen afdoende.
- Bij meerdere blaasontstekingen in een korte tijd achter elkaar kan het zinvol zijn een aantal maanden lang dagelijks een lage dosering antibioticum te gebruiken. De kans op nieuwe blaasontstekingen is dan klein, de weerstand in blaas en plasbuis kan herstellen, en u krijgt meer rust.
- Als er een duidelijke relatie is tussen gemeenschap en het krijgen van een blaasontsteking daarna, adviseren wij 1 tablet antibiotica te gebruiken direct na de seks.

Speciale oorzaken

Uitzonderlijke oorzaken en daarbij horende behandelingen worden in deze folder niet beschreven. Als dit bij u speelt, bespreekt de uroloog dit met u.

Waar of niet waar

Een blaasontsteking is bij iedere vrouw hetzelfde

Niet waar: zowel de klachten als de juiste behandeling kunnen erg verschillen. Bij iedere vrouw kan een behandeling juist wel of niet werken. Het is daarom zoeken naar wat het beste bij u past. Ook behandelingen of maatregelen die niet wetenschappelijk bewezen of onderzocht zijn kunnen bij sommige vrouwen wel werken.

Blaasontstekingen kun je 'wegdrinken'

Waar: er zijn vrouwen die het begin van een blaasontsteking herkennen. Door dan veel te gaan drinken kunnen zij voorkomen dat de ontsteking doorzet. Maar heel veel drinken is juist weer niet verstandig bij het gebruik van antibiotica, dan kan het antibioticum door de verdunning zijn werk niet goed doen.

Extra vitamine C verkleint de kans op blaasontstekingen

Niet waar: bij onderzoek is het nut van vitamine C bij blaasontstekingen niet aangetoond. Ook het gebruik van probiotica lijkt de kans op blaasontstekingen niet te verkleinen.

Van antibiotica krijg je gemakkelijk een vaginale schimmelinfectie

Waar: in de vagina zijn normaal bacteriën en schimmels (bijvoorbeeld de candida-gist) aanwezig. Door antibiotica worden de bacteriën bestreden waardoor de schimmels de overhand kunnen krijgen en klachten kunnen geven. Als deze klachten blijven kan er een medicijn voorgeschreven worden.

Sinds ik een nieuwe relatie heb lijk ik veel vaker blaasontstekingen te hebben

Waar: het hebben van een nieuwe partner en waarschijnlijk daarbij hogere frequentie van seks hebben, kan leiden tot het vaker krijgen van blaasontstekingen.

Door veel antibiotica te gebruiken ontstaat resistentie

Waar: er ontstaan steeds meer resistente bacteriën. Dat zijn bacteriën die niet gevoelig zijn voor alle antibiotica, ten gevolge van ruim antibiotica gebruik. Daarom moet geprobeerd worden zo min mogelijk antibiotica voor te schrijven en te gebruiken. Maar als blaasontstekingen ondanks niet antibiotische maatregelen toch terugkomen is het wel verstandig ze te behandelen met antibiotica om nierbekkenontsteking te voorkomen. Antibiotica moeten zorgvuldig worden ingezet bij blaasontstekingen.

Blaasontstekingen krijg je van je te koud kleden en vieze WC's

Niet waar: het is wetenschappelijk onvoldoende aangetoond dat kou een grotere kans op het krijgen van blaasontstekingen geeft. Uit onderzoeken naar hygiënische gewoonten als veegrichting na ontlasting hebben, douchen, baden en tampongebruik is niet gebleken dat hygiëne invloed heeft op de kans om blaasontstekingen te krijgen.

Meer informatie

Voor meer informatie verwijzen wij u ook naar de volgende websites:

- website NVU, www.nvu.nl met richtlijn UrineWegInfecties (UWI's);
- website Stichting Werkgroep Antibiotica Beleid www.SWAB.nl.

Tot slot

Voor uw eerste bezoek aan de polikliniek heeft u een verwijzing nodig. Alleen met deze verwijzing kunt u een afspraak maken. De verwijzing krijgt u van uw huisarts.

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis een geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs) en uw zorgverzekeringspas mee te nemen. Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts etc.) gewijzigd, meldt u dit dan bij de Patiëntenregistratie in de hal van het ziekenhuis. Wij stellen het op prijs als u zich tijdig meldt voor de afspraak.

Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan de baliemedewerker van de polikliniek Urologie.

De polikliniek Urologie Alrijne Ziekenhuis Leiden is op werkdagen tussen 08.30 en 12.30 uur en tussen 13.30 en 16.30 uur telefonisch te bereiken via nummer 071 517 8244.

De polikliniek Urologie in Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is op werkdagen tussen 08.30 en 12.30 uur en tussen 13.30 en 16.30 uur telefonisch te bereiken via nummer 071 582 8060.

De polikliniek Urologie in Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn is op dagen dat wij spreekuur hebben tussen 08.30 en 12.30 uur en tussen 13.30 en 16.30 uur telefonisch te bereiken via 0172 467 060.

Buiten deze uren en dagen wordt u automatisch doorverbonden met de locatie Leiderdorp of met het antwoordapparaat, waarop wordt verteld hoe u de uroloog bij spoedgevallen kunt bereiken.

De verpleegafdeling Urologie van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is te bereiken via 071 582 9019.