

ThemenCheck Medizin



HTA kompakt: Das Wichtigste verständlich erklärt

Blasenentzündung

Helfen pflanzliche Mittel bei wiederkehrender Blasenentzündung?

HTA-Nummer: HT20-01
Version: 1.0
Stand: 24.02.2022

Impressum

Herausgeber

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Thema

Blasenentzündung: Helfen pflanzliche Mittel bei wiederkehrender Blasenentzündung?

HTA-Nummer

HT20-01

Anschrift des Herausgebers

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen

Im Mediapark 8

50670 Köln

Tel.: +49 221 35685-0

Fax: +49 221 35685-1

E-Mail: themencheck@iqwig.de

Internet: www.iqwig.de

Blasenentzündung: Helfen pflanzliche Mittel bei wiederkehrender Blasenentzündung?

Die Einnahme von Cranberry-Präparaten kann das Risiko für eine wiederkehrende Blasenentzündung etwas verringern. Sie scheinen zwar gut verträglich zu sein, müssen aber selbst bezahlt und dauerhaft eingenommen werden. Ob auch andere pflanzliche Mittel wirksam sind, ist unklar.

Welche Frage wird im HTA-Bericht untersucht?

Dieser HTA-Bericht untersucht, ob pflanzliche Präparate für Frauen mit wiederkehrenden Blasenentzündungen Vorteile haben können. Es wurde nach vergleichenden Studien (randomisierten kontrollierten Studien) gesucht, die verschiedene pflanzliche Mittel untersucht hatten. Dabei ging es zum einen um die Frage, ob pflanzliche Mittel überhaupt wirksam sind, um wiederkehrenden Blasenentzündungen vorzubeugen oder sie akut zu behandeln. Zum anderen aber auch darum, wie sie im Vergleich zu anderen Behandlungen abschneiden, zum Beispiel Antibiotika oder Hygienemaßnahmen.

Warum ist das Thema wichtig?

Blasenentzündungen (Urozystitis) kommen bei Frauen häufiger vor als bei Männern. Man schätzt, dass etwa 10 von 100 Frauen mindestens eine Blasenentzündung pro Jahr haben. Einige haben jährlich sogar 3 oder mehr Blasenentzündungen. Typische Symptome sind Schmerzen beim Wasserlassen und häufiger Harndrang. Die Infektion kann sich ausbreiten und auf die Harnleiter sowie die Nieren übergreifen. Bei einem erhöhten Risiko für eine Ausbreitung der Infektion spricht man von einer „komplizierten Blasenentzündung“. Ein erhöhtes Risiko dafür haben beispielsweise Männer sowie Menschen mit einem geschwächten Abwehrsystem oder mit bereits geschädigten Nieren.

Blasenentzündungen können mit Antibiotika behandelt werden, die meist über 1 bis 3 Tage eingenommen werden. Sie helfen bei akuten Blasenentzündungen normalerweise recht schnell und verkürzen die Krankheitsdauer. Dennoch sind sie nicht immer notwendig. Denn unkomplizierte Blasenentzündungen heilen bei 30 bis 50 von 100 Frauen auch ohne Antibiotika innerhalb einer Woche ab. Bei komplizierten Blasenentzündungen sind Antibiotika unverzichtbar. Nur selten werden Antibiotika zur Vorbeugung von Blasenentzündungen empfohlen. Eher kommen bestimmte Änderungen bei Hygiene, Sexualverhalten und Trinkgewohnheiten infrage.

Vor allem Frauen mit wiederkehrenden Blasenentzündungen suchen nach verschiedenen Möglichkeiten zur Vorbeugung und Behandlung. Sie möchten nicht jedes Mal Antibiotika nehmen und Blasenentzündungen am liebsten ganz vermeiden. Deshalb ist die Frage wichtig, ob pflanzliche Mittel eine Hilfe sein können.

Es stehen verschiedene pflanzliche Mittel zur Verfügung. Sie werden unter anderem als Kapseln, Tabletten, Pulver, Tee oder Saft angeboten.

Was ist ein HTA-Bericht?

Ein Health Technology Assessment (HTA) ist eine systematische Bewertung einer medizinischen Maßnahme wie etwa einer Untersuchungs- oder Behandlungsmethode. Die Beurteilung erfolgt unter Berücksichtigung des medizinischen Nutzens, der mit der Maßnahme verbundenen Kosten sowie ethischer, sozialer, rechtlicher und organisatorischer Aspekte.

Für diesen HTA-Bericht erfolgte zur Bewertung des Nutzens und Schadens, also der gesundheitlichen Vor- und Nachteile, eine systematische Suche nach und Bewertung von vergleichenden Studien. Es wurde auch nach Studien gesucht, die den Nutzen der medizinischen Maßnahmen ins Verhältnis zu den Kosten setzen (man spricht hier von „Kostenwirksamkeit“). Für die Klärung ethischer, sozialer, rechtlicher und organisatorischer Aspekte wurden verschiedene Informationsquellen durchsucht und ausgewertet sowie die Erfahrungen von Betroffenen, Angehörigen oder Patientenvertreterinnen und Patientenvertretern berücksichtigt.

Was sind die wichtigsten Ergebnisse des HTA-Berichts?

Es wurden 15 Studien eingeschlossen. Die meisten Studien untersuchten Präparate, die Cranberry-Extrakt enthalten.

Wie gut helfen Mittel mit Cranberry-Extrakt?

Es wurden keine Studien zur Behandlung bei einer bestehenden, unkomplizierten Blasenentzündung gefunden.

In einigen Studien wurde jedoch erprobt, ob Cranberry-Extrakte wiederkehrenden Blasenentzündungen vorbeugen können. Diese Studien weisen darauf hin, dass Cranberry-Präparate wirksam sein können. In diesen Studien wurden Cranberry-Präparate mit einem Placebo (Scheinmedikament) verglichen. Sie zeigten: Frauen, die ein Cranberry-Präparat einnahmen, erkrankten etwas seltener an einer unkomplizierten Blasenentzündung. In Zahlen:

- Placebo: Etwa 8 von 100 Frauen hatten innerhalb von 3 Monaten mindestens 1 Blasenentzündung.
- Cranberry-Präparate: Etwa 5 von 100 Frauen hatten innerhalb von 3 Monaten mindestens 1 Blasenentzündung.

Anders ausgedrückt: Durch die Einnahme eines Cranberry-Präparats konnten in einem Zeitraum von 3 Monaten 3 von 100 Frauen eine unkomplizierte Blasenentzündung vermeiden.

In den Studien wurden Kapseln, Tabletten und Säfte untersucht. Diese Cranberry-Präparate wirken jedoch nur in dem Zeitraum, in dem sie eingenommen werden. Das heißt: Sie müssen in der Regel über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, um einen Effekt zu haben.

Es ist zudem unklar, ob Cranberry-Präparate auch komplizierten Blasenentzündungen vorbeugen.

Hatten Cranberry-Präparate Nebenwirkungen?

Die Studien lieferten nur wenige Daten zu Nebenwirkungen. Einzelne Teilnehmerinnen berichteten beispielsweise von Magen-Darm-Problemen wie Blähungen oder Durchfall. Ob die Präparate vermehrt zu Nebenwirkungen führen, bleibt jedoch unklar. Die meisten Frauen haben die Präparate aber offenbar gut vertragen und es traten keine schweren Nebenwirkungen auf.

Wie schneiden Cranberry-Präparate im Vergleich zu Antibiotika ab?

Cranberry-Präparate beugen Blasenentzündungen vermutlich weniger wirksam vor als Antibiotika. Dennoch werden Antibiotika nur sehr selten zur Vorbeugung empfohlen. Denn dazu müssten sie über mehrere Monate eingenommen werden und können Nebenwirkungen haben wie Verdauungsstörungen, Hautausschlag und Pilzinfektionen in der Scheide. Zudem erhöht eine zu häufige Einnahme von Antibiotika die Gefahr, dass Bakterien unempfindlich gegen Antibiotika werden und die Mittel nicht mehr wirken (Resistenzbildung).

Wie wirken andere pflanzliche Mittel?

Zu anderen pflanzlichen Produkten gab es keine verlässlichen Studienergebnisse. Sie müssten noch weiter untersucht werden, bevor Schlussfolgerungen möglich sind.

Welche Fragen bleiben offen?

Der HTA-Bericht konnte folgende Fragen nicht oder nur unzureichend beantworten:

- Wie gut helfen andere pflanzliche Präparate außer Cranberry-Produkten zur Vorbeugung von Blasenentzündungen?
- Wie gut helfen pflanzliche Präparate bei den Beschwerden einer akuten Blasenentzündung?
- Können pflanzliche Präparate komplizierten Blasenentzündungen und Komplikationen vorbeugen?
- Wie gut helfen pflanzliche Präparate im Vergleich zu nichtmedikamentösen Maßnahmen?
- Welche Nebenwirkungen können pflanzliche Mittel haben?

Kosten und Kostenwirksamkeit

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten von pflanzlichen Mitteln zur Behandlung und Vorbeugung einer Blasenentzündung in der Regel nicht. Die meisten Frauen müssen die Kosten selbst tragen. Je nach Präparat sind das etwa 60 bis 300 € für 6 Monate.

Das Verhältnis von Kosten und Nutzen pflanzlicher Präparate im Vergleich zu anderen Alternativen (Kostenwirksamkeit) konnte nicht beurteilt werden.

Weitere Aspekte

Die untersuchten Mittel werden zum Teil als pflanzliche Arzneimittel, zum Teil als Nahrungsergänzungsmittel vermarktet. Für Verbraucherinnen und Verbraucher ist nicht leicht erkennbar, welcher Gruppe ein Präparat zugeordnet wird, da sich die Aufmachung häufig sehr ähnelt. Im Gegensatz zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln durchlaufen diese Produkte auch kein Zulassungsverfahren, in dem die Wirksamkeit nachgewiesen werden muss.

Leider enthalten die Studien nur ungenaue Angaben dazu, wie die Cranberry-Präparate dosiert waren. Um sagen zu können, welche Präparate wie gut helfen, braucht es hochwertige Studien mit genauen Angaben zur Zusammensetzung der Mittel. Die Ergebnisse solcher Studien würden auch Patientinnen dabei helfen, sich auf dem unübersichtlichen Markt von pflanzlichen Präparaten und Nahrungsergänzungsmitteln zu orientieren.

Zudem stellt sich die Frage, ob sich durch die Einnahme pflanzlicher Mittel der Einsatz von Antibiotika verringern könnte. Dazu fehlen jedoch aussagekräftige Studien.

Was bedeuten die Ergebnisse?

Cranberry-Produkte können das Risiko für erneute unkomplizierte Blasenentzündungen reduzieren. Die Präparate müssen selbst bezahlt und regelmäßig und über mehrere Monate oder länger eingenommen werden, damit sie wirken können.

Quellen

Link zum ausführlichen HTA-Bericht:

<https://www.iqwig.de/sich-einbringen/themencheck-medizin-thema-vorschlagen/hta-berichte/ht20-01.html>

Weitere Informationen zum Thema „Blasenentzündungen“ finden sich hier:

[Gesundheitsinformation.de: Akute Blasenentzündung](#)

[Gesundheitsinformation.de: Blasenentzündungen vorbeugen](#)

[Gesundheitsinformation.de: Behandlung einer akuten Blasenentzündung](#)