



Terugkerende blaasontstekingen

U heeft steeds blaasontstekingen.
Een blaasontsteking is een infectie van de blaas veroorzaakt door een bacterie.
De huisarts heeft u naar de uroloog verwezen.
De uroloog heeft onderzoek gedaan en verder geen onderliggende afwijkingen bij u gevonden.
Het is een zeer vervelende aandoening waar geen kant en klare oplossing voor is te geven.
Per persoon moet gezocht worden naar de beste therapie.
Hieronder staan de meest gangbare therapeutische mogelijkheden beschreven.

Bekkenfysiotherapie

Er is nu een beleid met u afgesproken waarbij u naar **de bekkentherapeut** bent verwezen. Wij werken samen met het Kruispunt. Dat is een bekkenbodencentrum waar 4 gespecialiseerde bekkentherapeuten werken. Dat zijn gespecialiseerde fysiotherapeuten die alles weten van de bekkenbodem en van plassen, poepen en vrijen. Ze hebben inmiddels 3 vestigingen. In Heemskerk, IJmuiden en Alkmaar. U krijgt een foldertje mee en dan moet u zelf een afspraak maken. Effect merkt u meestal pas na een maand of 4. Bij het volgende bezoek wordt het effect geëvalueerd.

Vrouwelijke hormonen

Er is gestart met **synapause** vaginaal ovules.
Bij vrouwen die in de overgang zijn of zijn geweest wordt het slijmvlies droog. Ook is de natuurlijke weerstand van de blaas verminderd. Dat komt doordat er minder vrouwelijke hormonen aanwezig zijn.
Dit kan tot gevolg hebben dat u vaker blaasontstekingen krijgt.
Door vaginaal ovules in te brengen die dit hormoonpeil weer omhoog brengen blijven de blaasontstekingen vaker weg.
De ovules brengt u de eerste twee weken dagelijks vaginaal in voor het slapen gaan en daarna twee keer per week.
Als de "kuur" op is stopt u er mee. In enkele gevallen blijft u er mee door gaan maar dat heeft uw arts dan zo met u besproken.

Zelftherapie

Er is bij u gestart met **zelftherapie met antibiotica**.

Zelftherapie houdt in dat u als u aan voelt dat u een blaasontsteking krijgt zelf met antibiotica start.

U heeft dan altijd een kuurtje thuis liggen.

We kunnen dit alleen doen als we weten dat de bacterie waar u een blaasontsteking mee heeft gevoelig is voor dit antibioticum en dat u er niet allergisch voor bent.

Daarom is het belangrijk dat we een urinekweek hebben voordat we hier mee starten.

U neemt de kuur zoals voorgeschreven in.

Als de blaasontsteking dan nog niet weg is, is het heel belangrijk dat u een urinekweek inlevert in het ziekenhuis en direct een belafsprak met uw behandelend uroloog maakt voor de uitslag. Het kan zo zijn dat de bacterie ongevoelig is geworden voor het antibioticum. Met de kweek komen we daar achter en kan er een ander antibioticum gegeven worden.

Antibiotica na seksuele activiteit

Soms is er een duidelijke relatie tussen de blaasontstekingen en seksuele activiteit.

Er kan dan na de seks een antibioticum geslikt worden.

Lactobacillen

U heeft het advies gekregen te starten met **bacilac femina**.

Dit zijn gevriesdroogde lactobacillen die de natuurlijke beschermlaag in de blaas herstellen.

Dit geldt voor vrouwen die in de overgang zijn geweest. Deze medicatie wordt niet vergoed en is verkrijgbaar bij de apotheek.

Perfect voor vrouwen die een reden hebben waarom ze geen vrouwelijke hormonen mogen gebruiken.