



Blaasontsteking

Chronische urineweginfectie

Veel vrouwen hebben (regelmatig) last van een ontsteking van de blaas. Bacteriën kunnen de blaas ook makkelijk bereiken, omdat de plasbuis bij vrouwen vrij kort is. Mannen hebben een veel langere plasbuis en over het algemeen ook nauwelijks last van blaasontstekingen. Toch kan dit ook bij mannen voorkomen, bijvoorbeeld na een ingreep of onderzoek via de plasbuis of na een katheter.

Symptomen van blaasontsteking zijn: vaak plassen, branderig gevoel/pijn bij plassen, aandrang om te plassen zonder dat er iets komt of met maar een heel klein plasje, tot zelfs algemeen onwelbevinden met koorts. Sommige mensen merken er echter ook weinig van.

Over het algemeen helpt een kuurtje via de huisarts om van de ontsteking en de klachten af te komen. Ook zijn er veel huis-tuin-en-keuken middeltjes om een ontsteking te voorkomen of te verhelpen. Zoals:

- Cranberrie sap/tabletten
- Vitamine C
- Veel (water) drinken

Een van de oorzaken van een blaasontsteking kan zijn, dat u de blaas niet goed leeg plast, bijvoorbeeld door een bekkenbodempier die moeilijk kan ontspannen of door een verzakking van de blaas. Een ontsteking komt dan vaak steeds weer terug.

In beide gevallen kan het goed zijn de adviezen voor goed plassen eens na te lezen.

Als de bekkenbodemspieren moeite hebben met ontspannen, continu te veel spanning hebben, kunnen er nog andere signalen zijn: de plas komt moeilijk op gang, ontlasting kan moeilijker verlopen, er kan pijn bij het vrijen zijn.

Herkent u deze klachten, neemt u dan eens contact op met de gespecialiseerde bekkenfysiotherapeut.

Pelvicum Fysiotherapie Middelharnis is gevestigd in het pand van de Osteo Groep

Kaai 11, 3241 CE MIDDELHARNIS, Telefoon: 06-38895555

Site: www.pelvicummiddelharnis.com mail: pelvicummiddelharnis@hotmail.com