

## Sechzig Mal pro Tag auf die Toilette

### Die interstitielle Zystitis ist kaum bekannt. Nun gibt es eine Leitlinie zur Behandlung der schmerzhaften Blasenkrankheit.

Gerlinde Felix

Für die Betroffenen ist es zum Verzweifeln: Wer an interstitieller Zystitis leidet, muss bis zu 60 Mal täglich auf die Toilette, und zwar rund um die Uhr. Urin kommt oft nur tröpfchenweise, aber der Harndrang ist zwingend. Zugleich haben die Betroffenen, Frauen und Männer im Verhältnis 9:1, starke Schmerzen in der Blasen- und unteren Beckenregion. Man spricht deshalb auch von einem chronischen Blasen Schmerzsyndrom.

Ein normales Leben ist mit dieser Erkrankung kaum möglich. «Das Leben muss um die Toilette herum organisiert werden. Schlafmangel, kaum Sozialleben und Schuldgefühle gegenüber der Familie belasten die Betroffenen enorm», erzählt die Urologin Regula Doggweiler vom Kontinenzzentrum Hirslanden in Zürich. Die Krankheit kann in jedem Alter auftreten, auch bereits bei jungen Mädchen. Laut der von der Deutschen Gesellschaft für Urologie publizierten Leitlinie sind etwa 0,6 Prozent der Bevölkerung betroffen. «Die Zahlen dürften aber höher sein, weil viele Fälle als chronische Blasenentzündungen fehldiagnostiziert werden», sagt Leitlinienautorin Doggweiler. «Dabei sind bei der interstitiellen Zystitis die für Blasenentzündungen typischen Bakterien nicht nachweisbar.»

### Dehnung der Harnblase

Für die Diagnose wird die Harnblase unter Narkose gedehnt. Dabei sind normalerweise stecknadelkopfgrosse Schleimhautblutungen zu sehen. «Charakteristisch sind auch gutartige Geschwüre auf der Blasenwand, die Hunnerschen Läsionen. Sie sind aber nicht immer vorhanden», erzählt die Urologin Daniela Schultz-Lampel, die das Kontinenzzentrum Südwest des Schwarzwald-Baar Klinikums in Villingen-Schwenningen leitet. «Zumal bei einer Blasenspiegelung bei manchen Frauen eine auffällige Blase mit chronischen Entzündungszeichen zu sehen ist, aber ohne die ebenfalls charakteristischen Mastzellen. Andere wiederum haben eine unauffällige Blase, aber viele Mastzellen.» Mastzellen gehören zur körpereigenen Abwehr und speichern z.B. den Botenstoff Histamin, der die Schleimhaut reizt.

Was eine interstitielle Zystitis verursacht, ist noch nicht geklärt. Sicher ist, dass die normalerweise undurchlässige oberste Blasenschleimhautschicht beschädigt ist. «Deshalb können z.B. Säuren und Kalium aus dem Urin in tiefere Gewebeschichten der Blasenwand dorthin vordringen, wo Sensoren für Drang und Schmerz sitzen», erklärt Schultz-Lampel. «Das kann dann den Harndrang, Blasen Schmerz und eine chronische Entzündungsreaktion in allen Schichten der Harnblasenwand verursachen.»

Die Schleimhautschädigung kann die Folge verschiedener Faktoren wie wiederkehrender Blasenentzündungen, einer insgesamt erhöhten Entzündungsaktivität, einer Histaminintoleranz, von Schwermetallen oder z.B. des Medikamentes Tamoxifen sein. Tamoxifen wird bei jüngeren Brustkrebspatientinnen zur antihormonellen Therapie eingesetzt. Hormone, die Durchblutung und neuronale Versorgung der Blase sind ebenfalls wichtig. Bedingt durch die Blasen Schmerzen verkrampft sich die Beckenbodenmuskulatur, weshalb Schmerzen im Beckenraum auftreten. Frühere Operationen wie die Gebärmutterentfernung sowie eine erhöhte Schmerzleitung können diese verschlimmern. «Bei 30 bis 50 Prozent der Fälle liegen eine interstitielle Zystitis und eine Endometriose gemeinsam vor», sagt

Schultz-Lampel. Häufig tritt die interstitielle Zystitis zusammen mit einer Fibromyalgie oder einem Reizdarmsyndrom auf.

Welche Therapieoptionen gibt es? Normalerweise wird mit sogenannten Blaseninstallationen versucht, die oberste Schleimhautschicht wieder aufzubauen und die Durchblutung zu verbessern. Spülsbstanzten werden für etwa 30 Minuten in die Blase eingefüllt. Bei einer Sonderform dieses Spülvorganges dringen die Wirkstoffe dank schwachem Strom in tiefere Schichten der Blasenwand ein und können so nachhaltig wirken. «Damit verringern sich Harndrang und Schmerzen bereits nach der ersten Behandlung um etwa 70 bis 80 Prozent», berichtet Schultz-Lampel. Zumeist werden die Kosten jedoch nicht erstattet.

### Reparatur der Schleimhaut

Seit etwa einem Jahr ist das für die Reparatur der Schleimhaut geeignete Medikament Elmiron als Tablette zugelassen. Gutartige Geschwüre in der Blase können mit Laser oder Strom entfernt werden. Gegen eine schmerzhaft verkrampfte und überaktive Beckenbodenmuskulatur hilft eine spezielle Physiotherapie. Auch Wärmeanwendungen können sinnvoll sein. «Die Behandlung sollte früh erfolgen, mit Information und spezieller Beckenbodenphysiotherapie, um die Bildung eines Schmerzgedächtnisses und somit chronische Schmerzen zu verhindern», sagt Doggweiler.

Möglich ist es auch, Schmerzmittel und muskelentspannende Medikamente gegen den Harndrang einzunehmen. Ferner gilt es, Stressfaktoren auszuschalten und alles, was reizend auf die Schleimhaut wirkt – zumindest für 4 bis 6 Wochen testweise – wegzulassen. Dazu zählen Kaffee, Coca-Cola und stark kohlenensäurehaltiger Sprudel, künstliche Süsstoffe und Zuckeraustauschstoffe, Zitrusfrüchte, Tomaten und scharfes Essen.

In fortgeschrittenen Stadien der Krankheit ist die Blasenkapazität stark verringert. «Als letzter Ausweg bleibt die Entfernung der kranken Blase und die Schaffung eines Blasenersatzes», sagt Schultz-Lampel. Der nur selten nötige Eingriff gibt den Betroffenen Lebensqualität zurück. Und es ist zwar nicht oft der Fall, aber «die interstitielle Zystitis kann auch einmal von allein ausheilen», sagt Doggweiler.

«Das Leben muss um die Toilette herum organisiert werden. Schlafmangel und kaum Sozialleben belasten die Betroffenen enorm.»

---

0,6 %

Offiziell leiden 0,6 Prozent der Schweizer Bevölkerung an interstitieller Zystitis. Die Dunkelziffer dürfte aber hoch sein. Frauen sind deutlich mehr betroffen als Männer.



Mit ständigem Harndrang und starken Schmerzen in der Blasen- und unteren Beckenregion ist ein normales Sozialleben kaum mehr möglich.

© NZZ am Sonntag