



Hvad er blærebetændelse?
Kontinensforeningen
7. september 2020

Jan Berg Gertsen

Overlæge

Klinisk Mikrobiologi

Aarhus Universitetshospital

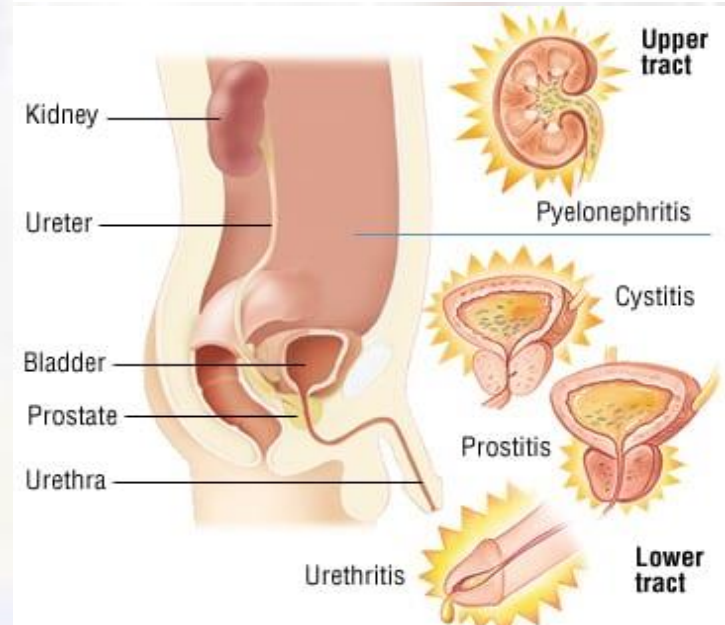
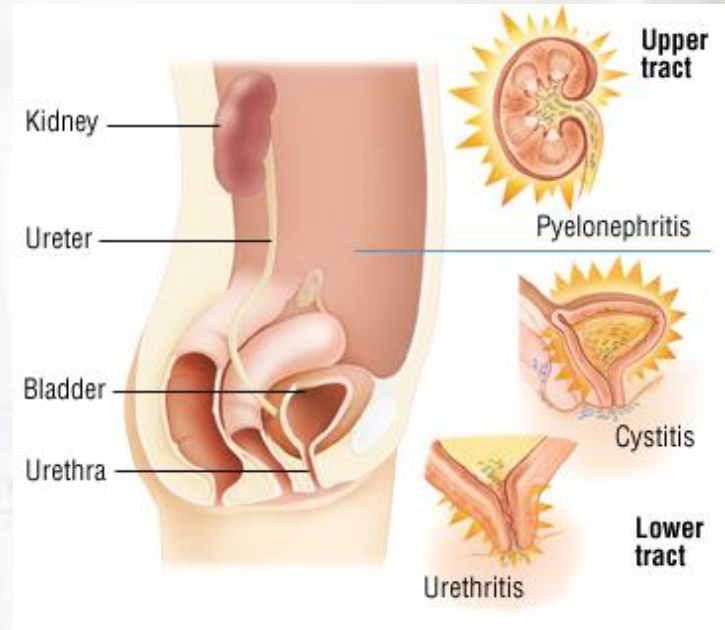
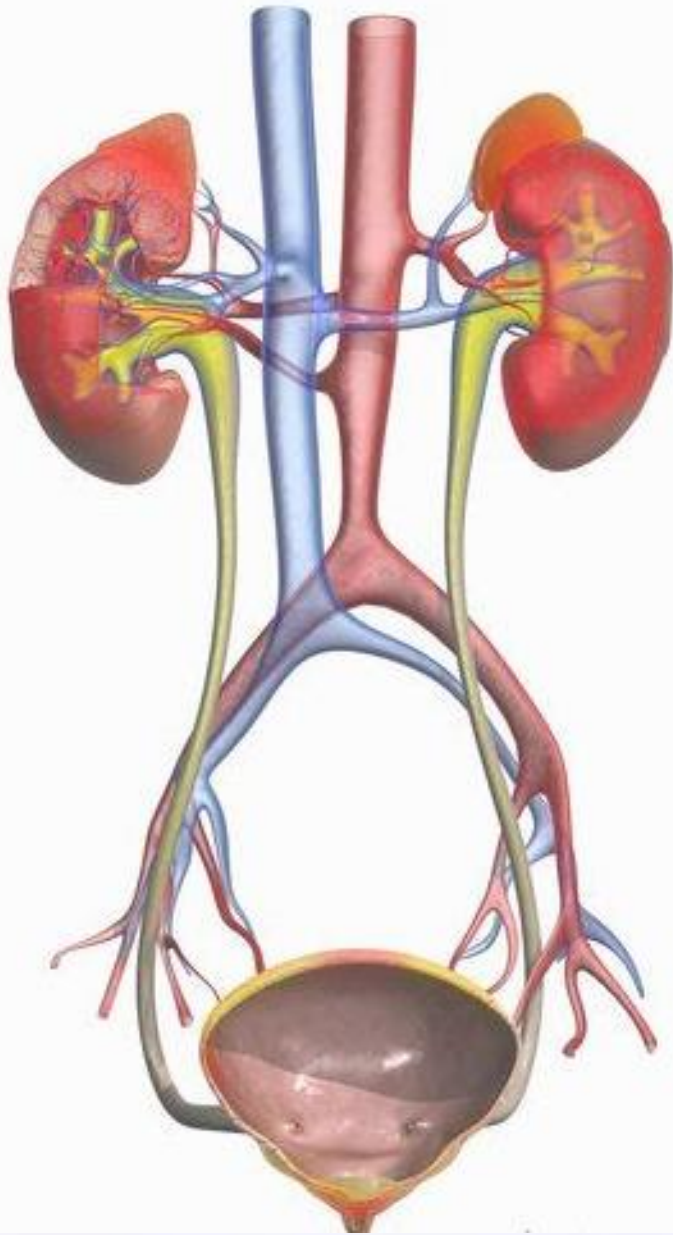
”Dagens” program

- Program
 - **Urinvejene hos mænd og kvinder er der forskel?**
 - **Hvordan opstår blærebetændelse?**
 - **Hvilke bakterier giver blærebetændelse og hvor kommer de fra?**
 - **Hvem er i risiko for at få blærebetændelse?**
 - **Hvordan stiller lægen diagnosen blærebetændelse?**
 - **Hvordan behandles urinvejsinfektioner?**
 - **3 korte råd**

Indledende ord

- Blærebetændelse og andre infektioner i urinvejene er meget almindeligt.
- I 2018 blev ca. 400.000 personer behandlet. Heraf var 339.395 kvinder.
- Ca. halvdelen af alle kvinder vil mindst én gang i livet blive ramt af en urinvejsinfektion.
- Halvdelen af de ramte får en ny infektion inden for et år.
- Ses oftest hos kvinder mellem 16-35 år.
- Langt fra ligestilling: 80% af urinvejsinfektioner rammer kvinder.
- Blærebetændelse er ikke farligt, men kan hos disponerede individer udvikle sig til nyrebækkenbetændelse eller blodforgiftning.

Hvordan ser urinvejene ud?

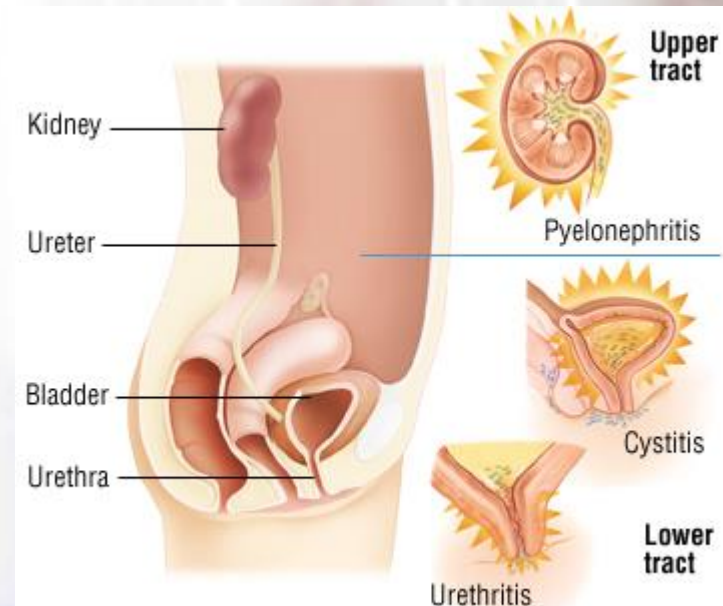
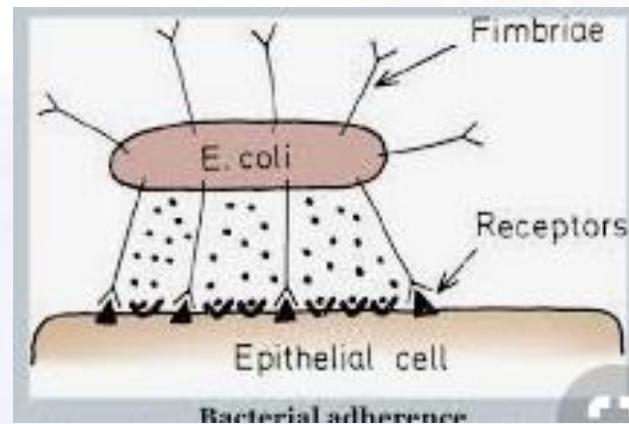
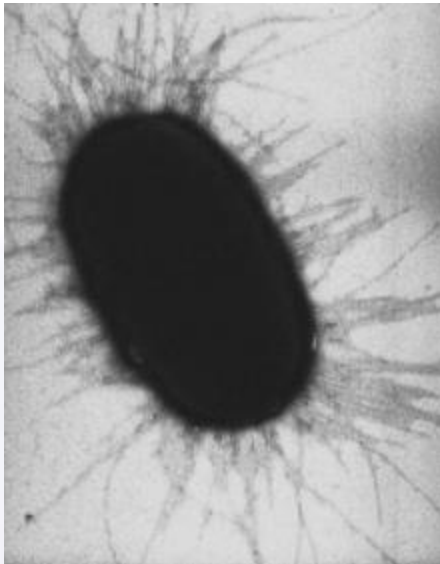


Hvordan opstår blærebetændelse?

- **Bakterier tager på vandringstur!**
 - 1) Bakterier bor normalt i tarmen
 - 2) Slår sig ned i området omkring urinrøret
 - 3) Vandrer op i urinrøret
 - 4) Slår sig ned i blæseren (og måske op i nyreren) og holder fest
 - OBS Langt Kortere vej fra tarmen hos kvinder end mænd!
 - → Blærekateter er en permanent vandresti for bakterier

Hvilke bakterier giver blærebetændelse

- ***Escherichia coli (E. coli)*** er (langt) hyppigste årsag til blærebetændelse!
 - Særlige fimrehår på overfladen gør at den kan klistre sig fast på den indvendige overflade af blæreren og trænge ind i slimhinden.
- ***E. coli*** bor i tarmen hos alle mennesker.



Hvem er i risiko for at få blærebetændelse? (Kvinder)

Yngre kvinder	Kvinder efter overgangsalder
Hyppig seksuel aktivitet (Bryllups rejse)	Indtørring af slimhinder i skeden (pga mangel på kvindelig kønshormon)
Brug af sæddræbende midler	Urin inkontinens
Ny partner	Fremfald af blæseren
Forkert toilette	Tilstande hvor blæseren ikke tømmes helt
Misdannelser i urinvejene	Urinvejskateter
	Stensygdom

Hvem er i risiko for at få blærebetændelse? (Mænd)

Mænd

- Medfødte misdannelser
- Forstørret prostata
- Sten
- Tilstande hvor blæren ikke tømmes helt
- Urinvejskateter

Symptomer

- Blærebetændelse
 - svien eller smerter ved vandladning
 - hyppig vandladningstrang
 - smerter lige over kønsbenet
- Nyrebækkenbetændelse
 - Ovenstående samt
 - Ømhed i flankerne
 - Feber

Hvordan stiller lægen diagnosen blærebetændelse?

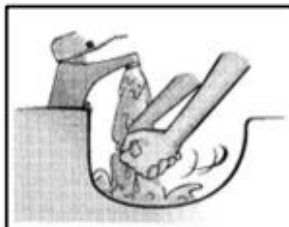
- Symptomer på urinvejsinfektion
- Undersøgelse af urin
 - Mikroskopi
 - Stiks
 - Indsendelse af urin til laboratorie til påvisning af bakterier og resistensbestemmelse
 - Urindyrkning kan også udføres i lægehus, men der er begrænsninger ift nøjagtighed.
- Bemærk: Man kan sagtens have bakterier i urinen uden at være syg af dem

Hvordan opsamles urinprøve?

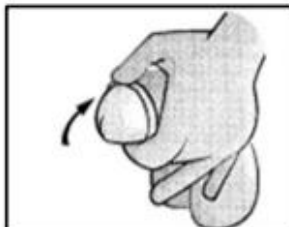
Opsamling af midtstråleurin, mænd

Det er bedst at opsamle morgen urin, alternativt urin opsamlet 2 timer siden sidste vandladning.

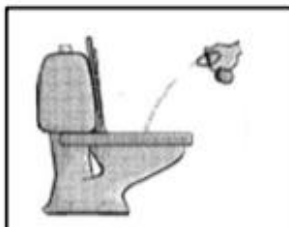
Vask hænderne



Træk forhuden tilbage så urinen frit kan passere fra urinrørets åbning.



Lad den første del af urinen i toilettet.



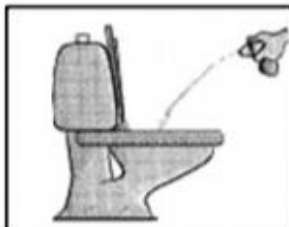
Urinbægeret føres ind i strålen og ca. 1/2 dl urin opsamles.



Resterende urin lades i toilettet.

Vask hænderne.

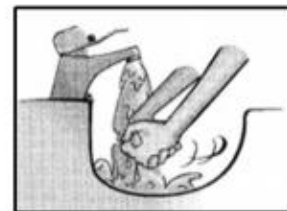
Prøven afleveres til sundhedspersonalet.



Opsamling af midtstråleurin, kvinder

Det er bedst at opsamle morgen urin, alternativt urin opsamlet 2 timer siden sidste vandladning.

Vask hænderne



Sæt dig på toilettet. Spred skamlæberne, så urinen frit kan passere fra urinrørets åbning.



Lad den første del af urinen i toilettet.



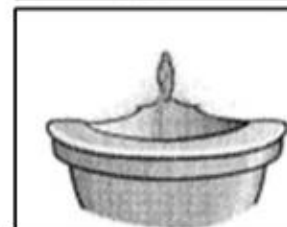
Urinbægeret føres ind i strålen og ca. 1/2 dl urin opsamles.



Resterende urin lades i toilettet.

Vask hænderne.

Herefter afleveres prøven til sundhedspersonalet.



Hvordan håndteres en urinprøve?

- Der er strenge krav til opbevaring og forsendelse
- *E. coli* fordobler sit antal på ca 20 minutter hvis urin opbevares ved stuetemperatur
- Prøvetagning hos egen læge er ofte mest praktisk

Hvordan behandles urinvejsinfektioner?

- Blærebetændelse
 - Yngre kvinder
 - Tbl. antibiotika kur i 3 døgn
 - Andre
 - Tbl. Antibiotikakur i 5 døgn
- Nyrebækkenbetændelse
 - Antibiotikakur i 7 døgn



3 korte råd

- Hvad kan man selv gøre for at undgå blærebetændelse?
 - Næste oplæg går i detaljer
 - **Drik rigeligt og skyl bakterierne væk**
 - 1-2l- al væske tæller, tranebærsaft er ligeså virksomt som andre væsker
 - **Giv dig tid når du tisser og tøm blæseren**
 - Lav knibeøvelser
 - **Hold dig ren og tør forneden**
 - Vask dagligt med vand (ikke stærk sæbe)
 - Efter overgangsalder evt glidecrem hvis tørre slimhinder i skeden
 - Tale med egen læge om lokal østrogenbehandling

Spørgsmål?

