

# Das Kamillendampf-Sitzbad zur Prävention von Harnwegsinfekten bei Frauen

## Das Problem:

Die häufigste bakterielle Infektion nach einer Nierentransplantation ist der Harnwegsinfekt. Die Anastomose zwischen Transplantat-Ureter und Blase muss nach der Transplantation für mindestens vier Tage gegen den Miktionsdruck mit einem Dauerkatheter geschützt sein, um eine ungestörte Einheilung zu ermöglichen. Frauen zeigen aufgrund der geringeren Länge ihrer Harnröhre und der räumlichen Nähe zum Darm ein besonders häufiges Auftreten von Harnwegsinfekten. Die Vagina ist oft die „Zwischenstation“ der Keimbeseidelung der Harnwege. Nicht selten bestehen bei fehlender oder geringer Restausscheidung nicht sanierte Infektionen im Urogenitalbereich. Unsere Patienten erhalten im Rahmen der Transplantation immunsuppressive Medikamente, die als Nebenwirkung auch die Ausbreitung von bakteriellen Infekten fördern können.

## Ursachen von Harnwegsinfekten bei transplantierten Patientinnen:

- transurethraler Dauerkatheter
- kurze Harnröhre
- räumliche Nähe zum Darm
- vorbestehende Infektion im Urogenitaltrakt infolge einer zu geringen Urinausscheidung
- Immunsuppression
- mangelnde Hygiene und unkorrekte Intimhygiene



## Indikation:

- Prophylaxe von Harnwegsinfektionen
- begleitende Therapie bei Harnwegsinfekt
- Krampflösung und Schmerzlinderung nach urologischen Eingriffen und Untersuchungen
- Kontinenztraining bei Harn- oder Stuhlinkontinenz (z.B. nach Apoplex)

## Contra-Indikation:

- Allergie
- Analfissur



## Material:

- Toilettenstuhl mit Nachttopf (oder eine Schüssel, die sicher in der Toilette befestigt werden kann)
- ca. 50g Kamillenblüten
- 1 Liter kochendes Wasser
- 1 Decke oder Moltontuch
- 1 Handtuch



## Durchführung:

- in den Nachttopf Kamillenblüten und 1 Liter kochendes Wasser geben
- zum Erhalt der Wärme Nachttopf abdecken und 10 Minuten ziehen lassen
- Dampftemperatur überprüfen (Gefahr der Verbrühung!)
- Patientin setzt sich über den Dampf auf den Nachttopf und wird mit Molton zugedeckt, damit die Wärme möglichst lange erhalten bleibt → 15 - 20 Minuten sitzen bleiben, so lange es die Patientin als angenehm empfindet
- Abtrocknen



## Anwendungshäufigkeit:

- als Harnwegsinfekt-Prophylaxe: einmal täglich, sobald die
- Patientin problemlos sitzen kann
- bei signifikantem Keimnachweis: zwei Mal täglich



## Die Kamille:

### Der Wirkstoff:

Die Kamille, eine altbekannte und bewährte Heilpflanze, enthält in ihren Blütenköpfen vor allem durch die darin beheimateten ätherischen Öle (Chamazulen) starke und heilende Wirkstoffe. Sie wirken leicht desinfizierend, entzündungshemmend, krampf- und schmerzlindernd sowie beruhigend. Die Kamille ist ein Korbblütengewächs und kann, wie auch andere Pflanzen aus dieser Gattung, allergische Reaktionen auslösen. Grundsätzlich sollte sie daher nur sparsam und befristet angewendet werden. Bei Überdosierung oder bei zu langer Verabreichung können Reizzustände der Haut oder der Schleimhaut auftreten.



## Studie

Die Studie wurde während der Dauer von acht Monaten im Jahre 2000 durchgeführt. Es haben 25 transplantierte Patientinnen an unserer Studie teilgenommen. Als Vergleichsgruppe dienten 25 Patientinnen, die unmittelbar vor Einführung der Kamillendampf-Sitzbäder transplantiert worden waren (Juli 1999 - Januar 2000).

## Ergebnisse:

	Studiengruppe mit Kamillendampf-Sitzbad	Vergleichsgruppe ohne Kamillendampf-Sitzbad
Patientenzahl	25	25
Krankenhaustage nach Transplantation	17,7 (8-39)	19,4 (8-45)
Patienten ohne gültige Urinkultur	-	1
Patienten mit stets sterilem Katheterurin	15	1
Patienten mit Bakterien im Urin ( $10^3$ - $10^4$ Keime)	7	9
Patienten mit Harnwegsinfekt ( $10^5$ Keime)	3	14

## Zusammenfassung:

Bei vergleichbarer Verweildauer und Beobachtungszeit der Patientinnen aus beiden Behandlungsgruppen ist die Inzidenz von Harnwegsinfekten mit signifikanter Urinkeimzahl nach einer Nierentransplantation in der Kamillendampf-Sitzbad-Studiengruppe mit 12% deutlich niedriger als in der Vergleichsgruppe mit 56%. Umgekehrt zeigten 60% der Studienpatientinnen der Kamillendampf-Sitzbad-Gruppe ausnahmslos sterile Urine, während das in der Vergleichsgruppe nur einmal beobachtet werden konnte. Diese deutlichen und guten Ergebnisse können durch die antibakterielle Wirkung der Kamille und durch die frühe Schulung der Patientinnen zur Genitalhygiene erklärt werden. Es ergibt sich, dass die Vermeidung von Harnwegsinfekten bei Frauen nach einer Nierentransplantation mittels des Kamillendampf-Sitzbades zur Verkürzung von stationären Behandlungszeiten beitragen kann und im Vergleich zu einer antibiotischen Behandlung billiger und gesünder ist.