

Massnahmen zur Senkung des Risikos von Harnwegsinfekten

Ihr Kind hat schon mehrere Blasen- und/oder Nierenbeckenentzündungen erlitten. Bitte achten Sie auf die folgenden Punkte. Sie tragen dazu bei, die Wahrscheinlichkeit einer erneuten Infektion zu senken.

Trinkmenge:

Mindestens 1 Liter pro Tag, besser noch mehr – dabei auf eine gute Verteilung über den Tag achten

Auf der Toilette:

Wasserlösen 4-7x pro Tag, tagesüber mindestens alle 4 Stunden

Genügend Zeit nehmen beim Urinieren

→ Grössere Kinder: danach sitzen bleiben und auf 10 zählen

Entspannt auf dem WC sitzen, mit geradem Gesäss und Bodenkontakt mit den Füssen

→ Kleinere Kinder benötigen evtl. einen Fusschemel und/oder einen WC-Ring

Reinigung „von vorne nach hinten“

Ihr Kind sollte 1x täglich 1 weichen Stuhlgang haben

→ Ist er seltener oder hart/mit Schmerzen verbunden, wenden Sie sich bitte an Ihren Kinderarzt

Hygiene:

Nur Wasser oder pH-neutrale Seife zum Waschen verwenden

Keine Feuchttücher verwenden

Zur Intimpflege bei Mädchen Olivenöl, Kokosöl oder Deumavan-Crème verwenden

A propos Kleider:

Die Unterwäsche sollte nicht zu eng sein

Verzicht auf synthetische Unterwäsche

→ besser Baumwoll-Unterwäsche (60°C waschbar)

Verzicht auf Weichspüler

Zusätzliche Massnahmen:

Schutz vor Kälte und Feuchtigkeit, v.a. nach dem Baden und im Winter

Übergewicht vermeiden

Spezielle Massnahmen für Ihr Kind:

Sollte Ihr Kind trotzdem an Schmerzen beim Urinieren, häufigem Harndrang eventuell mit Einnässen in die Kleider und/oder stinkendem Urin leiden: Suchen Sie Ihren Kinderarzt auf, damit er die Diagnose sichern und Ihr Kind ggf. behandeln kann.

Bitte benachrichtigen Sie uns über die Infektion, oder bitten Sie ihren Kinderarzt, dies zu tun.

Nephrologie-Team, Ostschweizer Kinderspital, St.Gallen

