

 Naturalnie Zdrowi

CZĘŚĆ
6.



Układ moczowy



OPIEKA FARMACEUTYCZNA

Broszura przeznaczona wyłącznie dla farmaceutów

Labofarm®

Zakażenia układu moczowego – ZUM

należą do najczęstszych chorób infekcyjnych. Stanowi ok. 20% wszystkich zakażeń pozaszpitalnych oraz 40-50% zakażeń wewnątrzszpitalnych.

Ze względów anatomicznych schorzenie to dotyczy przede wszystkim kobiet – jest to około 4 razy więcej w stosunku do mężczyzn.

ZUM występuje również u dzieci – tutaj sytuacja jest odwrotna i do ok. 2 roku życia częściej chorują chłopcy, dopiero później to się zmienia.

Zakażenia układu moczowego są najczęściej wynikiem kolonizacji bakterii drogą wstępującą, rzadziej krwiopochodną lub limfatyczną. Czynnikiem etiologicznym są głównie bakterie Gram-ujemne z przewodu pokarmowego, obszaru podnapletkowego lub przedsionka pochwy. Najczęściej ZUM wywołują *E. coli* (80-90% czynnik etiologiczny), *Proteus spp.* (30% ZUM u chłopców do 6 miesiąca życia), *Enterococcus*, *Pseudomonas spp.*, *Staphylococcus aureus*, *Staphylococcus epidermidis*. ZUM klasyfikujemy w kilku grupach i w celu prawidłowego leczenia niezbędne jest ustalenie z jakimi zakażeniami mamy do czynienia.



Klasyfikacja ZUM

- **Bezobjawowy bakteriomocz** - Stwierdza się obecność bakterii uropatogennych w moczu, nie ma innych objawów ze strony układu moczowego.
- **Ostre, niepowikłane zakażenia dolnych dróg moczowych** - najczęściej występujące. Wśród objawów wyróżnia się naglące parcie, częstomocz, ból w okolicy nadłonowej, palący ból w okolicach cewki moczowej podczas oddawania moczu.
- **Ostre niepowikłane odmiedniczkowe zapalenie nerek** - charakteryzuje się takimi objawami jak gorączka, dreszcze, ból w okolicy lędźwiowej, dodatni objaw Goldflama, wymioty.

- **Nawracające ZUM** - występuje tylko u kobiet, określane w przypadku, gdy w ciągu ostatnich 12 miesięcy wystąpiły przynajmniej dwa epizody niepowikłanego zakażenia, potwierdzone posiewami.



Objawy

Zakażenia dolnych dróg moczowych (najczęściej występujące) przebiegają z występowaniem objawów dysurycznych – zaburzenia oddawania moczu tj. często-mocz, nagłace parcia, ból lub pieczenie, może występować krwimocz oraz nad-wrażliwość w okolicy nadłonowej.

Zakażeniom górnych dróg moczowych towarzyszy zwykle gorączka, dreszcze, ból w okolicy lędźwiowej, dodatni odczyn Goldflama (ból w okolicy lędźwiowej pojawiający się podczas wstrząsania w badaniu fizykalnym).

Podstawową rolę w diagnostyce laboratoryjnej ZUM stanowi badanie ogólne i bakteriologiczne moczu.

W przypadku obecności 10^5 żywych bakterii w 1 ml badanego moczu mówimy o bakteriomoczu znamienym, natomiast jeżeli w badaniu mikroskopowym (moczu nieodwirowanego) w polu widzenia obecna jest ilość przynajmniej 5 leukocytów, mamy do czynienia z leukocyturią. Warto podkreślić, że przebieg ZUM u dzieci często przebiega w sposób ukryty. Dlatego należy zwrócić uwagę na wystąpienie takich objawów jak: gorączka, objawy ze strony przewodu pokarmowego, obniżony nastrój. W każdym wypadku podejrzenia ZUM u dziecka zaleca się wykonanie badań laboratoryjnych (krwi oraz moczu).

Grupy ryzyka:

- Kobiety ze względu na budowę anatomiczną. ZUM często towarzyszy zapaleniu pochwy wywołanego *Candida albicans* czy *Trichomonas vaginalis*. Zwykle jedna infekcja jest przyczyną drugiej dlatego tak istotne jest leczenie kompleksowe.
- Zaburzenia czynnościowe utrudniające swobodny spływ moczu (np. nieregularne opróżnianie pęcherza moczowego, przetrzymywanie moczu w pęcherzu, czynniki neurogenne).
- Stany zapalne żołądki i gruczołu krokowego u mężczyzn.
- Zaparcia nawykowe.
- Pasożyty przewodu pokarmowego.
- Brak odpowiedniej higieny.
- Zakażenia po cewnikowaniu.
- Kamica układu moczowego.
- Cukrzyca, dna moczanowa.
- Schorzenia przebiegające ze spadkiem odporności, przyjmowanie leków immunosupresyjnych.
- Zmiana flory bakteryjnej w następstwie antybiotykoterapii.
- Cięża, połów.
- Duża aktywność seksualna.
- Antykoncepcja hormonalna.

Profilaktyka

Aby nie dopuścić do rozwoju ZUM należy zadbać o profilaktykę. Przede wszystkim jest to odpowiednia higiena okolic ujścia cewki moczowej kosmetykami specjalnie przeznaczonymi do tego celu.

Należy unikać stosowania dezodorantów, silnych mydeł i środków odkażających. Najlepsza jest bielizna wykonana z naturalnych, przepuszczających powietrze materiałów np. bawełny.

Kobiety, które cierpią na nawracające ZUM zdecydowanie powinny korzystać z prysznica zamiast wanny, co pozwoli wyeliminować ryzyko zakażenia. Istotną jest również zwiększona podaż pł-

nów do ok. 2,5 l dziennie np. naparów przygotowanych z ziół moczopędnych. W przypadku ZUM ogromne znaczenie ma również stan śluzówki jamy ustnej oraz końcowego odcinka jelita grubego. Zaleca się stosowanie odpowiedniej diety. Wskazane jest łączenie produktów działających prebiotycznie, czyli wpływających pozytywnie na stan flory bakteryjnej jelita. Wśród ziół można wymienić kłącze perzu, czy korzeń mniszka, które zawierają do 40% inuliny - naturalnego prebiotyku. Jako profilaktykę, szczególnie u pacjentek z nawracającym ZUM, można zastosować nasiadówki z garbnikowych surowców roślinnych tj. kory dębu czy surowców olejkowych tj. koszyczku rumianku czy liścia szalwii (zawierającego również garbniki).

Leczenie ziołami

Terapia ziołami stanowi nieocenioną pomoc w leczeniu ZUM.

Takie postępowanie pacjent powinien skonsultować z lekarzem lub farmaceutą. Zastosowana terapia skraca czas leczenia. Mechanizm ich działania polega głównie na zwiększeniu przesączania kłębuszkowego oraz zwiększeniu diurezy. Surowce roślinne zawierają związki działające bakteriostatycznie m.in. garbniki i olejki eteryczne. Zwiększona diureza wywołana naparami czy odwarami z ziół sprzyja usuwaniu drobnoustrojów i toksyn z organizmu – tzw „terapia płucząca”. Niektóre zioła wykazują również działanie spazmolityczne oraz pobudzające układ

odpornościowy. Warto podkreślić, że stosowanie ziół jest również skuteczne w leczeniu kamicy nerkowej. Terapia opiera się na wypłukiwaniu złogów szczawianów, fosforanów i kwasu moczowego. Podczas stosowania ziół moczopędnych należy uprzedzić pacjenta o konieczności zwiększenia podaży płynów. Wśród takich ziół wymienia się głównie: ziele skrzypu, liść brzozy, liść i korzeń pokrzywy, liść mącznicy, ziele nawłoci, ziele lubczyka, ziele skrzypu, owocnia fasoli, korzeń i ziele mniszka.





Liść brzozy

Betulae Folium

Jest surowcem stosowanym w leczeniu zakażeń układu moczowego jako środek zwiększający diurezę. Sięga się po niego także w przypadku kamicy moczowej, chorobach reumatycznych oraz dnie moczanowej. Główne działające związki to flawonoidy. Znajdziemy w nim również dobroczynne garbniki, kwasy organiczne i sole mineralne.

Ziele skrzypu

Equiseti herba

Znany surowiec o działaniu moczopędnym. Ziele skrzypu bogate jest głównie we flawonoidy i fenolokwasy. Wykazuje dodatkowo słabe działanie przeciwbakteryjne oraz przeciwzapalne. Stosuje się go w schorzeniach dróg moczowych, kamicy nerkowej, usuwania złogów z dróg moczowych. Pomocniczo można stosować również w chorobach reumatycznych, jako środek moczopędny i oczyszczający. Skrzyp znany jest również jako znany środek remineralizujący, przede wszystkim dostarczający krzem do organizmu, przez co zapobiega powstawaniu złogów kamicowych, zapobiega demineralizacji kości. Ziele skrzypu działa łagodnie przeciwkrwotocznie.





Liść i korzeń pokrzywy

Urticae folium et radix

Liść pokrzywy wykazuje działanie przeciwzapalne, dlatego stosuje się go wspomagająco w terapii choroby zwyrodnieniowej stawów. Dodatkowo nie można pominąć efektu zwiększającego diurezę, zdolność do poprawy funkcjonowania układu odpornościowego. Liść pokrzywy stanowi także cenny surowiec wpływający na poziom glukozy oraz lipidów. Korzeń pokrzywy wpływa na równowagę hormonalną (wpływ na 5-alfareduktazę), wykazuje aktywność immunomodulującą, antyproliferacyjną oraz moczopędną.

Liść mącznicy

Uvae - ursi folium

Skuteczny surowiec stosowany w leczeniu zakażeń układu moczowego. Działa antyseptycznie, ściągająco i moczopędnie. Liść zawiera glikozydy fenolowe rozpadające się w kwaśnym środowisku żołądka z uwolnieniem arbutyny. Następnie w zasadowym środowisku moczu hydrolyzuje z uwolnieniem hydrochinonu, który wykazuje działanie bakteriobójcze. Garbniki zawarte w surowcu działają ściągająco, uszczelniająco na śluzówkę jelit. W przypadku mącznicy przygotowuje się odwar, a nie napar. Nie powinno się stosować ze środkami zakwaszającymi mocz czyli np. witaminą C.





Liść brzozy

Zioła do zaparzania w saszetkach

Skład: Liść brzozy (*Betulae folium*) - 3,0 g

Działanie: Moczopędne.

Wskazania do stosowania:
W łagodnych stanach zapalnych dróg moczowych, w celu zwiększenia ilości wydalanego moczu.

Dawkowanie i sposób podawania: Jedną saszetkę zalać szklanką wody, ogrzewać powoli do wrzenia, nie gotować. Następnie pozostawić na 10-15 minut pod przykryciem. Pić 2-3 razy dziennie świeżo przygotowany odwar.

Przeciwwskazania: Obrzęki spowodowane ograniczoną czynnością serca i nerek. Nadwrażliwość na brzozę lub pyłek brzozy.

Specjalne ostrzeżenia i środki ostrożności dotyczące stosowania: Ze względu na brak danych dotyczących bezpieczeństwa stosowania liścia brzozy u dzieci nie zaleca się stosowania produktu. W przypadku nasilenia się lub nieustąpienia objawów w ciągu 2-3 tygodni należy skonsultować się z lekarzem.

Interakcje z innymi lekami i inne formy interakcji: Dotychczas nie stwierdzono.

Stosowanie podczas ciąży lub laktacji: Ze względu na brak danych dotyczących bezpieczeństwa stosowania, nie zaleca się stosowania produktu w okresie ciąży i laktacji.

Wpływ na zdolność prowadzenia pojazdów mechanicznych i obsługiwanie urządzeń mechanicznych w ruchu: Nieznany.

Działania niepożądane: Możliwość wystąpienia dolegliwości żołądkowo-jelitowych (nudności, wymioty, biegunka) oraz reakcji alergicznych (świąd, pokrzywka, wysypka skórna).



Liść mącznicy

Zióło do zaparzania w saszetkach

Skład saszetki: Liść mącznicy
(*Uvae ursi folium*) - 2,5 g

Wskazania do stosowania:
W łagodnych zakażeniach dróg moczowych, jako środek odkażający.

Dawkowanie: Dorośli i młodzież powyżej 12 lat: Jedną saszetkę zalać szklanką wody, ogrzewać powoli do wrzenia, nie gotować. Pić raz dziennie szklankę ciepłego, świeżo przygotowanego odwaru.

Przeciwwskazania: Nadwrażliwość na liść mącznicy. Nie zaleca się stosowania u osób z chorobami nerek, zespołem jelita drażliwego oraz u dzieci do 12 lat. Nie należy przekraczać dziennej dawki 1 saszetki produktu leczniczego.

Ostrzeżenia i środki ostrożności: Jeśli dolegliwości nasilą się lub nie ustąpią, należy skontaktować się z lekarzem.

Interakcje: Przetwory z liścia mącznicy nie powinny być podawane razem ze środkami powodującymi zakwaszenie moczu.

Ciąża i karmienie piersią: Nie stosować w okresie ciąży i karmienia.

Prowadzenie pojazdów i obsługa maszyn: Lek nie ma wpływu na zdolność prowadzenia pojazdów i obsługiwanie maszyn.

Działania niepożądane: U chorych mających wrażliwy żołądek i u dzieci mogą wystąpić nudności i wymioty.

Przedawkowanie: Dotychczas nie stwierdzono.

Pominięcie zastosowania: Nie należy stosować dawki podwójnej w celu uzupełnienia pominiętej dawki.



Liść pokrzywy

Ziola do zaparzania w saszetkach

Skład leku: Liść pokrzywy
(*Urticae folium*) - 2,0 g

Wskazania do stosowania:

Pomocniczo w leczeniu objawowym dolegliwości stawowych o niewielkim nasileniu oraz pomocniczo w łagodnych doległościach układu moczowego, jako środek zwiększający ilość wydalanego moczu, w celu przepłukania dróg moczowych.

Przeciwwskazania: Nadwrażliwość na liść pokrzywy; schorzenia, w których wskazana jest zmniejszona podaź płynów (np. ciężka niewydolność serca lub choroba nerek).

Środki ostrożności związane ze stosowaniem: Stosowanie u dzieci poniżej 12 roku życia nie zostało ustalone z powodu braku odpowiednich danych. Jeśli bólowi stawów towarzyszy obrzęk stawów, zaczerwienienie lub gorączka, bądź jeśli drobne dolegliwości ze strony układu moczowego nasilą się lub wystąpią: gorączka, bolesne oddawanie moczu, skurcz lub krew w moczu, a także w przypadku nasilenia się objawów lub braku poprawy, należy skonsultować się z lekarzem.

Interakcje z innymi produktami leczniczymi oraz inne rodzaje interakcji: Brak danych.

Ciąża i karmienie piersią: Nie zaleca się stosowania w okresie ciąży i laktacji.

Prowadzenie pojazdów i obsługa maszyn: Brak danych.

Dawkowanie, sposób stosowania i droga podania: 1-2 saszetki zalać szklanką wrzącej wody (200 ml) i zaparzać pod przykryciem 10 minut. Dorośli, osoby starsze

i młodzież powyżej 12 roku życia: 1 szklankę ciepłego, świeżo przygotowanego naparu pić 3-6 razy dziennie. Przyjmować maksymalnie 6 saszetek dziennie.

W leczeniu dolegliwości stawowych nie stosować dłużej niż 4 tygodnie, w leczeniu łagodnych dolegliwości układu moczowego nie stosować dłużej niż 2-4 tygodnie.

W celu uzyskania wyjaśnień, co do stosowania leku należy poradzić się lekarza lub farmaceuty.

Przedawkowanie: Brak danych

Postępowanie w przypadku pominięcia dawki leku: Nie należy stosować dawki podwójnej w celu uzupełnienia pominiętej dawki.

Działania niepożądane: Z danych literaturowych wynika, że mogą wystąpić łagodne dolegliwości żołądkowo-jelitowe (np. nudności, wymioty, biegunka) i reakcje skórne (np. swędzenie, wysypka, pokrzywka).

Przechowywanie: Przechowywać w zamkniętym opakowaniu w temperaturze nie wyższej niż 30°C, w miejscu niedostępnym i niewidocznym dla dzieci. Nie stosować leku po upływie terminu ważności.

Podmiot odpowiedzialny: Laboratorium Farmaceutyczne Labofarm Sp. z o.o. Sp. k.



Ziele skrzypu

Zioła do zaparzania w saszetkach

Skład leku: Ziele skrzypu
(*Equiseti herba*) – 2,0 g

Działanie: Lek zwiększa ilość wydalanego moczu.

Wskazania do stosowania: Pomocniczo w łagodnych doległościach układu moczowego, jako środek zwiększający ilość wydalanego moczu, w celu przepłukania dróg moczowych.

Przeciwwskazania: Nadwrażliwość na ziele skrzy-
pu. Schorzenia, w których zaleca się ograniczone
przyjmowanie płynów (np. ciężkie schorzenia serca
lub nerek).

Środki ostrożności związane ze stosowaniem:
Ze względu na brak danych nie zaleca się stoso-
wania u dzieci poniżej 12 roku życia.

Jeśli objawy utrzymują się dłużej niż 1 tydzień pod-
czas stosowania produktu, nasilają się lub towa-
rzyszy im gorączka, ból podczas oddawania moczu
lub obecność krwi w moczu, należy skonsultować
się z lekarzem.

**Interakcje z innymi produktami leczniczymi
oraz inne rodzaje interakcji:** Dotychczas nie
stwierdzono.

Ostrzeżenia specjalne:

Ciąża i karmienie piersią: Stosowanie w okresie
ciąży i laktacji nie jest zalecane ze względu na brak
wystarczających danych.

**Wpływ na zdolność prowadzenia pojazdów i obsłu-
giwania maszyn:** Nie stwierdzono.

**Dawkowanie, sposób stosowania i droga poda-
nia:** Jedną saşetkę zalać szklanką wrzącej wody.
Zaparać pod przykryciem 15 minut.

Młodzież powyżej 12 roku życia, dorośli: pić 3 razy
dziennie świeżo przygotowany napar.

Lek stosować od 2 do 4 tygodni.

Przedawkowanie: Brak danych.

Postępowanie w przypadku pominięcia dawki leku:
Nie należy stosować dawki podwójnej w celu uzupeł-
nienia pominiętej dawki.

W celu uzyskania wyjaśnień, co do stosowania leku,
należy poradzić się lekarza lub farmaceuty.

Działania niepożądane: Mogą wystąpić łagodne
dolegliwości żołądkowo-jelitowe oraz reakcje aler-
giczne, np. wysypka. Częstotliwość nie jest znana.



Zioła moczopędne

Zioła do zaparzania w saszetkach

Skład saszetki:

Ziele nawłoci (*Solidaginis virgaureae herba*) - 0,750 g
Liść brzozy (*Betulae folium*) - 0,375 g
Korzeń lubczyka (*Levistici radix*) - 0,375 g
Ziele skrzypu (*Equiseti herba*) - 0,250 g
Owocnia fasoli (*Phaseoli pericarpium*) - 0,250 g
Korzeń mniszka (*Taraxaci radix*) - 0,250 g
Ziele mniszka (*Taraxaci herba*) - 0,250 g

Wskazania do stosowania:

Produkt leczniczy zwiększający ilość wydalanego moczu i poprawiający przepływ w drogach moczowych.

Droga podania: doustna.

Dawkowanie: Dorośli i młodzież powyżej 12 lat: 2 saszetki ziół zalać 1,5 szklanki wody i ogrzewać powoli do wrzenia, nie gotować. Następnie pozostawić na 10-15 minut pod przykryciem. Pić 2-3 razy dziennie po szklance odwaru. Stosować zawsze świeży odwar.

Przeciwwskazania: Nadwrażliwość na którykolwiek ze składników leku. Nie zaleca się stosowania leku w przypadku obrzęków spowodowanych chorobą serca lub nerek.

Ostrzeżenia i środki ostrożności: Ze względu na brak danych dotyczących bezpieczeństwa nie zaleca się stosowania u dzieci poniżej 12 lat.

Interakcje: Dotychczas nie stwierdzono.

Ciąża i karmienie piersią: Ze względu na brak danych dotyczących bezpieczeństwa nie zaleca się stosowania w okresie ciąży i karmienia.

Prowadzenie pojazdów i obsługiwanie maszyn: Lek nie ma wpływu na zdolność prowadzenia pojazdów i obsługiwanie maszyn.

Działania niepożądane: Dotychczas nie stwierdzono.

Przedawkowanie: Dotychczas nie stwierdzono.

Pominięcie zastosowania: Nie należy stosować dawki podwójnej w celu uzupełnienia pominiętej dawki.



Urtix[®]

Skład tabletki: korzeń pokrzywy (*Urticae radix*) – 330 mg

Działanie: Korzeń pokrzywy jest stosowany w celu zwiększenia objętości oddawanego moczu, zwiększenia intensywności oddawania moczu, zmniejszenia ilości zalegającego moczu.

Wskazania: Lek tradycyjnie stosowany w zaburzeniach czynnościowych dróg moczowych z utrudnieniem oddawania moczu.

Przeciwwskazania: Nie należy stosować leku w przypadku nadwrażliwości na korzeń pokrzywy; przerostu gruczołu krokowego; chorób nowotworowych.

Ostrzeżenia i środki ostrożności: Trudności w oddawaniu moczu wymagają konsultacji z lekarzem oraz regularnej kontroli medycznej. Jeśli w trakcie stosowania produktu dolegliwości nasilają się lub wystąpi gorączka, skurcze lub pojawi się krew w moczu, ból przy oddawaniu moczu lub zatrzymanie moczu, należy skonsultować się z lekarzem.

Interakcje: Interakcje dotychczas nie są znane.

Ostrzeżenia specjalne:

Stosowanie leku u dzieci i młodzieży: Produkt jest przeciwwskazany do stosowania u dzieci i młodzieży w wieku poniżej 18 lat

Ciąża i karmienie piersią: Nie należy stosować. Nie przeprowadzono stosownych badań.

Prowadzenie pojazdów i obsługiwanie maszyn: Nie ma wpływu.

Stosowanie leku u pacjentów w podeszłym wieku: Może wymagać zmniejszenia dawki.

Droga podania: doustna.

Dawkowanie: 4 tabletki od 3 do 4 razy na dobę, po posiłku, popijając dużą ilością płynu. W trakcie przyjmowania preparatu wskazane są konsultacje z lekarzem urologiem.

Przedawkowanie: Przedawkowanie leku może wywołać łagodne dolegliwości żołądkowo-jelitowe. W razie przyjęcia większej niż zalecana dawki leku należy zwrócić się do lekarza lub farmaceuty.

Postępowanie w przypadku pominięcia dawki leku: Nie należy stosować dawki podwójnej w celu uzupełnienia pominiętej dawki. W celu uzyskania wyjaśnień, co do stosowania leku należy poradzić się lekarza lub farmaceuty.

Działania niepożądane: Mogą wystąpić łagodne dolegliwości żołądkowo-jelitowe (takie jak nudności, zgaga, uczucie pełności, wzdęcia, biegunka) oraz skórne reakcje uczuleniowe (takie jak świąd, wysypka, pokrzywka). Częstość nieznana.

Podmiot odpowiedzialny: Laboratorium Farmaceutyczne Labofarm Sp. z o.o. Sp. k.



Naturalnie Zdrowi

Redakcja: Naturalnie Zdrowi

tel. 58 561 20 08

e-mail: naturalniezdrowi@labofarm.pl

www.centrumfitoterapii.pl

