

Siste stikk

Anita Hjelmhaug hadde kronisk blærekatarr i sju år. Den ene antibiotikakuren avløste den andre uten at hun ble frisk. Akupunktur ble redningen.

TEKST: SILJE BERGGRAV
FOTO: BIRGITTE AASEN

Legene sier blærekatarr er ufarlig. For Anita Hjelmhaug spilte det liten rolle når hun lå sammenkrøllet på badegulvet med følelsen av at kniver ble vridd rundt i underlivet.

- Det var fryktelig vondt. Det sved innmari når jeg tisset, og jeg følte at jeg måtte på do hele tiden. Men det kom bare én dråpe. Mens blærekatarr den første tiden kom en gang i året, økte frekvensen etter hvert. I fjor gikk det slag i slag.

- Infeksjonene nådde en topp i fjor sommer. Legen satte meg på en antibiotikakur som jeg ikke tålte; jeg fikk rødt utslett over hele kroppen og ble febervarm. Deretter fikk jeg en ny kur som ikke virket – den tok bort symptomene en stund, men jeg ble ikke kvitt blærekatarr, forteller Anita.

Til daglig er Anita pedagogisk leder i en barnehage. Hun syntes det var frustrerende ikke å vite hva som utløste infeksjonene. Mens



- Det var helt utrolig hvor effektiv akupunkturbehandlingen var, forteller Anita Hjelmhaug (31). Hun ble bedre allerede etter første behandling.



mange kvinner får blærekatarr etter samleie, fant hun ingen slik sammenheng. Legene hun gikk til, var hyggelige nok, men viste liten interesse for å komme til bunns i problemet.

- Når jeg ikke visste hvorfor jeg ble syk, var det heller ikke så lett å forebygge, sier Anita. Utover høsten ble det flere infeksjoner med påfølgende antibiotikakurer. Da desember kom med nok en infeksjon, var hun helt utslitt.

- Jeg husker jeg tenkte: «Nå orker jeg ikke mer,» sier 31-åringen.

Frisk uten antibiotika

Anita har alltid vært interessert i alternativ medisin, og gikk allerede til akupunktur-

behandling for eksem og en vond skulder ved Balder-Klinikken i Oslo.

- Da jeg fortalte om blærekatarrplagene, var det en lettelse å høre at de kunne hjelpe meg. Jeg har på mange måter mye mer sans for denne behandlingsformen. Mens legen tar en urinprøve og gir meg en resept, er akupunktøren opptatt av å danne seg et helhetlig bilde av sykdomshistorien min, forteller hun.

Akupunktør Lill Moestue forklarer at nålene virker ved å øke blodgjennomstrømningen til blæreområdet. Dermed fraktes infeksionspartikler bort, og urinveiene får et renere og sunnere klima.

Metoden har støtte i forskning. En studie ved Institutt for samfunnsmedisin ved

«Det er deilig å slippe å bekymre seg for at infeksjonene kan komme på nytt.»

ANITA HJELMHAUG, BLÆREKATARR-PASIENT

Anita Hjelmhaug går til forebyggende akupunkturbehandling for å holde seg frisk. Akupunktør Ole Jørgen Frydenlund får stadig flere kvinnelige pasienter som vil prøve nåler mot blærekatarr.



Blærekatarr

● Blærekatarr er en infeksjon i urinblæren, og ofte i urinrøret – og kalles da urinveisinfeksjon.

● Over 110 000 norske kvinner har blærekatarr 3–4 ganger i året.

● En finsk studie viser at stadige antibiotikakurer mot urinveisinfeksjon ser ut til å øke risikoen for brystkreft hos yngre kvinner.

● Studier viser at særlig for kvinner som ikke har født, er risikoen for å få blærekatarr spesielt høy etter samleie. Bakterier blir «melket oppover» i urinrøret ved samleie. Derfor er det viktig å tisse innen et kvarter etter samleie.

Universitetet i Bergen viser at 86 prosent av en gruppe kvinner som fikk behandling med akupunktur mot blærekatarr, ble kvitt infeksjonen. Gode resultater til tross, det finnes ingen offentlig refusjonsordning for akupunkturbehandling i Norge. Men ifølge Norsk Forening for Klassisk Akupunktur vil akupunktur i nær framtid trolig bli likestilt med kiropraktikk, som har fått refusjonsordning.

Drakk seg symptomfri

Etter bare én behandling var det ikke spor av bakterier i Anitas urin.

- Jeg følte meg kjempesjokkert. I begynnelsen tenkte jeg at kanskje det

var psykisk, men man kan jo ikke akkurat psyke på seg en blærekatarr.

Fortsatt går Anita Hjelmhaug jevnlig til akupunkturbehandling, og infeksjonene har holdt seg borte. Hun har hatt symptomer på blærekatarr et par ganger, men blitt fin igjen av å drikke mye vann, c-vitaminer og kjerringrokk-te, som skal ha en forebyggende effekt. 31-åringen tar i dag ikke andre forholdsregler enn å unngå å sitte på kaldt underlag.

- Det er deilig å slippe å bekymre seg for at infeksjonene kan komme på nytt. Og i så fall vet jeg at jeg kan få behandling som virker, uten å pøse på med medisiner.

kkk

Undervurdert kvinnesykdom?

Blærekatarr er en av våre aller vanligste kvinnesykdommer. Likevel har den lav status blant legestanden, og mange pasienter får feil behandling.

- Det er ingen tvil om at blærekatarr får en stemoderlig behandling ved mange legekontorer, sier førsteamanuensis Anders Bærheim ved seksjon for allmenntilleggsmedisin ved Universitetet i Bergen – en av svært få som forsker på blærekatarr i Norge.

- Det er flere årsaker til at blærekatarr har såpass lav status blant legestanden. Dels skyldes det at den i hovedsak bare rammer kvinner. Dels kan det være at blærekatarr er medisinsk ufarlig, og at kvinnens symptomer ikke er så lett å oppdage. Kanskje skyldes det også en grad av underlivs-sjenanse.

Bærheim mener det er et problem at mange leger ikke tar nok hensyn til kvinnens symptomer, men legger for mye vekt på urinprøven.

- En urinprøve avslører ikke alltid blærekatarr. Likevel krever mange leger at den skal slå positivt ut før man gir resept på antibiotika, sier Bærheim.

- Anbefaler du å alltid bruke antibiotika?

- Har man en kraftig infeksjon, bør den behandles. Men det er viktig å være klar over at den kan gå over av seg selv. Legen bør spørre pasienten om hun vil ha antibiotika, eller prøve å drikke katarren ut selv med mye vann og for eksempel C-vitaminer, kjerringrokk-te eller tranebærjuice.

Vil du vite mer, kan du kontakte Norsk Forening for Klassisk Akupunktur på telefon 22 98 81 44/22 98 81 45 eller <http://www.akupunktur.no/>