



# St. Johannis Apotheke

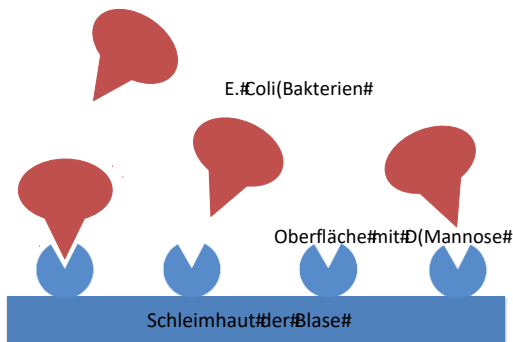
Eine schonende Alternative bei Blasenentzündung

## D-Mannose

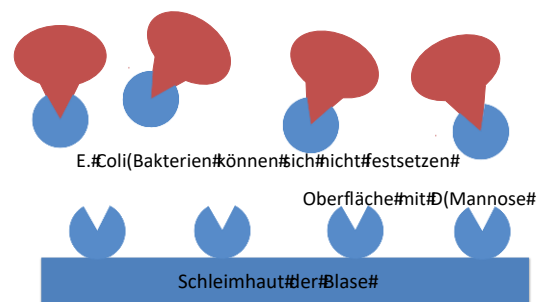
### Infektion der Blasenschleimhaut

Blasenentzündungen gehören zu den häufigsten Infektionskrankheiten. Die meisten Harnwegsinfekte (80-85%) werden durch den Erreger Escherichia coli hervorgerufen. Dabei setzen sich die Bakterien auf den Schleimhäute fest. Die Oberfläche der Schleimhautzellen und der Schleim der Schleimhaut enthält D-Mannose, ein Molekül das mit Glucose chemisch verwandt ist. Die Oberfläche der Bakterien ist darauf spezialisiert, auf D-Mannose zu haften. So verhindern Sie, mit dem Harn wieder ausgespült zu werden. In der Folge entsteht dann eine Entzündung mit den typischen Symptomen eines Harnweg-infektes.

Infektion der Harnwege durch E. coli



Blockade der Erreger durch D(Mannose)



### Bekämpfung der Coli-Bakterien durch Mannose

Die D-Mannose-bindende Oberfläche der Krankheitserreger lässt sich nun für eine Behandlung nutzen. Die eingenommene D-Mannose bindet an die Bakterien und kann sich zwischen die Schleimhautzellen und die Bakterien schieben. So blockiert können die E. coli-Bakterien sich nicht mehr auf der Schleimhaut festsetzen. Sie werden zusammen mit dem Urin beim Wasserlassen ausgeschieden.

Schonend und wirksam

Die Behandlung und Vorbeugung eines durch Coli-Bakterien verursachten Harnwegsinfekts mit D-Mannose ist eine schonende und wirksame Alternative. Herkömmliche Antibiotika haben ein breites Wirkungsspektrum und entsprechend viele Nebenwirkungen (z. B. Pilzbefall, Darmprobleme, Resisten-

zen). Im Gegensatz dazu ist D-Mannose sehr spezifisch und wirkt genau an der Stelle an der die Krankheit entsteht.

Eingenommene D-Mannose wird im Körper kaum verstoffwechselt. Der Großteil kommt unverändert in den Harnwegen an. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Diabetiker sollten trotzdem eine Behandlung mit D-Mannose nur unter Kontrolle des Blutzuckerspiegels und in Absprache mit dem behandelnden Diabetologen oder Hausarzt vornehmen.

Für Schwangere ist Mannose prinzipiell geeignet. Allerdings sollte eine Einnahme im Falle einer Schwangerschaft nur in Absprache mit dem betreuenden Arzt oder Therapeuten erfolgen.

## Verzehrempfehlung

Bei akutem Harnwegsinfekt:

Kinder und Erwachsene nehmen alle 2 - 3 Stunden einen gestrichenen Teelöffel D-Mannose gelöst in einem Glas Wasser (200 – 300 ml)

Zur Vorbeugung:

Kinder und Erwachsene nehmen einmal täglich einen gestrichenen Teelöffel D-Mannose gelöst in einem Glas Wasser

Bei chronischem/rezidivierendem Harnwegsinfekt

Kinder und Erwachsene nehmen dreimal täglich einen gestrichenen Teelöffel D-Mannose gelöst in einem Glas Wasser

Bitte stimmen Sie die Einnahme von D-Mannose mit Ihrem Arzt oder Therapeuten ab.

50g Dose D-Mannose (€19,<sup>95</sup>)

100g Dose D-Mannose (€34,<sup>95</sup>)

erhältlich in der

St. Johannis Apotheke

Wörthstr. 43

81667 München

T 089 / 444 787 70

F 089 / 444 787 67

hallo@sanktjohannisapotheke.de

www.sanktjohannisapotheke.de

Quelle: Kranjcec B et al. D-mannose powder for prophylaxis of recurrent urinary tract infections in women: a randomized clinical trial. World J Urol 2013, online 30. April; doi: 10.1007/s00345-013-1091-6 (<http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs00345-013-1091-6>).  
Stand: März 2015 D-Mannose Flyer  
150402.docx