



Was tun, wenn ich Schmerzen beim Wasserlassen (Harndrang, Brennen etc.) habe, aber der Urinkulturtest negativ ist?

1. Fragen Sie Ihren Arzt, auf welche Bakterien Sie getestet wurden.

Die üblichen Dipstick- und Urinkulturtests haben leider Einschränkungen. In bis zu 50 % der Fälle liefern sie ein falsch-negatives Ergebnis. Zudem decken Urinkulturtests oft nur eine begrenzte Anzahl von Bakterienarten ab. Ärzte testen in der Regel nur auf Standardbakterien wie z.B. E. coli. Bakterien wie Ureaplasma, Mycoplasma, Hefeinfektionen und bestimmte Geschlechtskrankheiten (STIs) werden oft nicht berücksichtigt – diese Erreger können jedoch starke Symptome hervorrufen, die unbehandelt bleiben. Zusätzlich gibt es Bakterien, die erst nach einer längeren Zeit in den Kulturen wachsen und sichtbar werden. Aber sie bleiben dennoch meist unsichtbar, weil die Proben schon vorher verworfen werden.

2. Bitten Sie Ihren Urologen um einen Harnröhrenabstrich.

Ein Abstrich kann manchmal genauer sein als eine Urinkultur und kann zusätzliche Informationen über mögliche Infektionen liefern.

3. Urinmikroskopie

Falls alle Tests negativ sind, aber Ihre Symptome weiterhin bestehen, fragen Sie Ihren Arzt nach einer Urinmikroskopie. Bei diesem Test werden zB Epithelzellen oder Leukozyten (weiße Blutkörperchen) im Urin gezählt, die auf eine Infektion hinweisen könnten.

4. Spezielle Tests wie Urin-PCR oder DNA-Tests

Diese Tests sind empfindlicher und können auch geringe Mengen an Bakterien nachweisen. Tipp: Führen Sie die Tests idealerweise während der akuten Symptome durch, um die Erreger bestmöglich nachweisen zu können. Lesen Sie darüber auf unserer Seite.

5. Frauen: Gleichzeitig gynäkologisch untersuchen lassen

Da das Vaginal- und Blasenmikrobiom eng miteinander verbunden sind, kann eine Untersuchung beim Frauenarzt wertvolle Hinweise geben.

6. Blasenspiegelung (Zystoskopie)

In bestimmten Fällen kann eine Blasenspiegelung hilfreich sein, um mögliche Anomalien im Blasenbereich zu erkennen. Blasenspiegelungen können (müssen aber nicht) unter Vollnarkose durchgeführt werden.

Wenn trotz all Ihrer Bemühungen alle Tests negativ sind, könnten Ihre Symptome auch folgende Ursachen haben:

- Hormonelle Veränderungen: Ein Mangel an Östrogen oder Progesteron kann ähnliche Symptome hervorrufen. Lassen Sie Ihre Hormonwerte testen, auch wenn Sie eine regelmäßige Periode haben. Hormoncremes können in solchen Fällen helfen. Besprechen Sie dies mit Ihrem Frauenarzt.
- Diabetes: Diabetes kann zu Harnwegsbeschwerden führen. Eine Untersuchung kann hier Klarheit schaffen.
- Probleme mit dem Darm (Leaky Gut)
- Vitamin- und Mineralstoffmangel: Lassen Sie sich auf wichtige Vitamine und Mineralstoffe testen, insbesondere Vitamin C, D, Eisen, Magnesium und Selen.

Diese Hinweise sollen Ihnen helfen, sich besser informiert auf die Suche nach der Ursache Ihrer Beschwerden zu begeben und gezielte Gespräche mit Ihren Ärzten zu führen.

Werden Sie nicht entmutigt, wenn Ihr Arzt Ihre Beschwerden nicht ernst nimmt. Ihre Gesundheit liegt in Ihren Händen – zögern Sie nicht, einen anderen Arzt aufzusuchen, der Sie und Ihre Symptome ernst nimmt.