

Cranberrys zeigen Wirkung gegen Harnwegsinfektionen

Schon seit Längerem gibt es Hinweise, dass Patienten mit HWI möglicherweise von einer vermehrten Flüssigkeitsaufnahme profitieren. Hierzu sowie zu den in Studien ebenfalls beobachteten positiven Einflüssen von Cranberrys, etwa als Saft oder in Tablettenform, auf die Prävention und die Behandlung von HWI ist die Evidenz allerdings widersprüchlich, und es war bis anhin unklar, ob etwaige entsprechende Effekte von Cranberrysaft auf die Flüssigkeitszufuhr oder auf bestimmte Inhaltsstoffe der Früchte selbst zurückzuführen sind. Vor diesem Hintergrund hat eine internationale Forschergruppe nun eine Literaturrecherche durchgeführt und in ihre Analyse schliesslich 20 einzelne Untersuchungen mit insgesamt 3091 Patienten (88,8% weiblich, 11,1% männlich) im Alter von 4 bis 87 Jahren mit Risiko für HWI einbezogen, welche jeweils mindestens zwei der folgenden Interventionen erhalten hatten: 1. nicht flüssige Cranberryprodukte (Tabletten, Kapseln, Früchte), 2. cranberryhaltige Flüssigkeit (Saft, Cocktail, Konzentrat), 3. andere Flüssigkeiten (Wasser, Fruchtsäfte, Bier, D-Mannose-Lösung), 4. Vergleich mit keinerlei Behandlung. Als primärer Endpunkt war die Rate von HWI in jeder Gruppe definiert; sekundäre Endpunkte umfassten HWI-Symptome wie gesteigerte Blasenempfindlichkeit, Dysurie, vermehrten Harndrang oder Schmerzen im

unteren Harntrakt sowie den Gebrauch von Antibiotika. Die Follow-up-Dauer in den einzelnen Studien betrug 2 bis 12 Monate.

Bei allgemein nur als mässig bis gering bewerteter Sicherheit der verfügbaren Evidenz ergab sich nach Auswertung der Daten in der Gruppe der mit Cranberrysaft behandelten Patienten eine um 27 Prozent verminderte HWI-Rate gegenüber denjenigen, die Plazeboflüssigkeit erhalten hatten, und eine um 54 Prozent niedrigere HWI-Rate im Vergleich zur Gruppe ohne jede Therapie. Cranberrysaft reduzierte zudem die Rate des Antibiotikagebrauchs (−49% vs. Plazebo, −59% vs. keine Behandlung), während die Prävalenz von HWI-Symptomen generell unter Einnahme von Cranberryzubereitungen (Saft/ Tabletten) ebenfalls abnahm. Mit den beobachteten günstigen Effekten von vermehrter Flüssigkeitszufuhr auf HWI-Raten und Antibiotikagebrauch einerseits und von Cranberryzubereitungen auf HWI-Symptome andererseits empfehlen die Review-Autoren deren Kombination in Form von Cranberrysaft als Option für das Management von HWI. ▲

RABE

Moro C et al.: Cranberry Juice, Cranberry Tablets, or Liquid Therapies for Urinary Tract Infection: A Systematic Review and Network Meta-analysis. *Eur Urol Focus*. 2024;18:S2405-4569(24)00122-6. doi:10.1016/j.euf.2024.07.002.