



Batteri buoni e cattivi dell'apparato urinario

Quando si parla di **batteri dell'apparato urinario** si dà per scontato che siano batteri nocivi. In realtà quando si parla di **infezioni alle vie urinarie** è così, ma ci sono anche **batteri dell'apparato urinario benefici**. Vediamo quindi quali sono i batteri nocivi e benefici che possono popolare l'apparato urinario sia maschile che femminile.

In un soggetto in salute, di norma, nelle alte vie urinarie non sono presenti batteri, mentre nell'uretra è presente una micro flora batterica dal tutto innocua, che non provoca infezioni o altri problemi.

Batteri non patogeni come lattobacilli gram positivi e così via, se presenti in quantità normali nella vescica e nella zona periuretrale, impediscono la proliferazione di batteri dannosi. Sostanze chiamate glicosamminoglicani, una specifica proteina renale presente nelle urine e le immunoglobuline sulla parete vescicale, inoltre, fungono da meccanismo di difesa impedendo ai batteri patogeni di proliferare e di aderire ai tessuti della vescica.

In genere, specie nelle donne, le **infezioni delle vie urinarie** sono provocate dalla risalita di batteri dalla vagina e dal retto alla vescica attraverso l'uretra. Nella maggior parte dei casi il **batterio responsabile della infezioni urinarie** è *Escherichia Coli*, normalmente presente nell'intestino, seguito da *Staphylococcus saprophyticus*, *epidermidis* e *fecalis*, *Chlamydia trachomatis* e *Mycoplasma hominis* (questi ultimi due si possono trasmettere anche attraverso rapporti sessuali); occasionalmente vengono trovati anche *Proteus Mirabilis*, *enterococchi* o *Klebsiella spp.*

Solo un esame specifico potrà identificare con certezza il batterio responsabile dell'infezione e dare modo al medico di prescrivere la terapia adatta.

In genere tra i **sintomi di un'infezione alle vie urinarie** ci sono dolore al basso ventre, bruciore durante la minzione, sensazione di dover urinare frequentemente e, in qualche caso, brividi e febbre. Non sempre, però: in alcuni casi la **presenza di batteri nelle urine** si verifica senza dare luogo ad una sintomatologia che possa far capire che ci sia un'infezione in corso: in queste situazioni si parla di **batteriuria asintomatica**.

Ci sono anche alcuni piccoli accorgimenti che possono ridurre il rischio che **batteri patogeni arrivino alla vescica** e vi proliferino: non trattenere la pipì per lunghi periodi, cercare di svuotare completamente la vescica ad ogni minzione per impedire che l'urina ristagni nella vescica, effettuare una corretta igiene intima con prodotti non aggressivi e con movimenti che vanno da dietro a davanti e non viceversa, evitare la stipsi e l'alterazione della flora batterica intestinale.