

3. Urinvägsinfektionernas varaktighet

Berätta för personer som lider av återkommande urinvägsinfektioner om de möjliga fördelarna med tranbärsextrakt,

- eftersom regelbunden användning av tranbärsextrakt (Anthocran™, innehåller proantocyanidiner PACs 36 mg) kan förkorta urinvägsinfektionernas varaktighet. (C)

Urinvägsinfektionernas varaktighet hos vuxna personer som använde tranbärsextrakt och fick livsstilsrådgivning var kortare (varaktighet hos testgruppen: $2,5 \pm 1,3$ dagar och hos kontrollgruppen: $3,6 \pm 1,7$, $p < 0,05$) än hos dem som endast fick livsstilsrådgivning.

I den kvasiexperimentella pilotstudien¹ (testgrupp $n = 22$, kontrollgrupp $n = 22$) undersöktes tranbärsextraktets (Anthocran 36 mg proanthocyanidins (PACs)-kapsel) effekt på varaktigheten för symptomen på urinvägsinfektion bland italienska kvinnor och män i 35–43-årsåldern. Interventionsperioden varade i 60 dygn, under vilka deltagarna i testgruppen tog en kapsel av tranbärsextrakt per dygn. Deltagarna i kontrollgruppen gavs inga tranbärsprodukter. Båda grupperna fick anvisningar, som omfattade noggranna anvisningar gällande hygien, anvisningar om schemaläggning av tömning av blåsan, intag av dricka, produkter med låg koffeinhalt, alkoholhaltiga eller kryddstarka produkter samt anvisningar om utövande av rimliga mängder motion. Deltagarna i studien hade haft minst tre symptomatiska urinvägsinfektioner under det senaste året eller två urinvägsinfektioner under de senaste sex månaderna.

Studiens kvalitet: Nöjaktig (JBI 5/9)

Evidensstyrka: 2c

Relevans för den finländska befolkningen: God

Kommentar: Studien var en pilotstudie och antalet deltagare var litet. Inga biverkningar observerades i någon av grupperna.

Källor

1. Ledda A, Bottari A, Luzzi R, Belcaro G, Hu S, Dugall M, Hosoi E, Ippolito M, Corsi M, Gizzi G, Morazzoni P, Riva A, Giacomelli L, Togni S. 2015. Cranberry supplementation in the prevention of non-severe lower urinary tract infections: a pilot study. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences* 19, 77–80.