



VOUS SOUFFREZ
DE CYSTITE,
DE FUITES D'URINE,
D'UNE DESCENTE DE VESSIE ?

www.urofrance.org

Des solutions
existent

Parlez-en à votre
médecin traitant ou à
votre urologue

L'INCONTINENCE

UNE VESSIE HYPERACTIVE OU DES MUSCLES RELACHÉS

SI VOUS AVEZ DES FUTITES URINAIRES lorsque vous faites un effort : en toussant, en portant votre enfant ou en soulevant un paquet lourd, en tapant dans la balle au tennis ou en faisant votre jogging...

VOUS AVEZ PROBABLEMENT un sphincter trop faible ou les muscles du périnée qui se sont relâchés à la suite de grossesses, d'efforts liés à un problème de constipation, ou qui se sont progressivement détendus après la ménopause.

LES SOLUTIONS

La rééducation est souvent proposée en premier.

Un kinésithérapeute spécialisé fait travailler les muscles du périnée et des sphincters au moyen d'une sonde placée dans le vagin. C'est indolore et efficace dans un cas sur deux, mais un peu long : environ deux mois de rééducation à raison d'une ou deux séances par semaine. Un traitement hormonal après la ménopause peut être associé à la rééducation.

La chirurgie est envisagée lorsque la rééducation n'a pas été possible ou que des " fuites " subsistent. En passant par le vagin, on place une sorte de ruban pour soutenir le canal de l'urètre. L'hospitalisation est courte. Cette chirurgie obtient plus de 80 % de réussite.

SI VOUS FAITES PIFI TRÈS SOUVENT (plus de 8 fois par jour par exemple). Vous vous relevez plusieurs fois la nuit ; pourtant vous avez l'impression de ne pas boire beaucoup. Vous devez courir aux toilettes. Vous avez parfois du mal à retenir quelques gouttes.

VOUS AVEZ PROBABLEMENT une vessie hyperactive qui se contracte à la moindre sensation.

LES SOLUTIONS

Des médicaments peuvent calmer votre vessie. Leur effet est rapide. Ils peuvent être associés à une rééducation qui re-musclera votre périnée ou vos sphincters dont la contraction pourra diminuer vos besoins pressants.

En cas d'échec, d'autres solutions plus sophistiquées existent comme la pose, sous la peau, d'un petit appareil d'électromodulation qui tempère l'activité des nerfs sur la vessie.

VOTRE UROLOGUE POURRA DÉCIDER SI UNE INTERVENTION EST NÉCESSAIRE. ELLE POURRA ÊTRE SIMPLE OU, POUR DES CAS PLUS COMPLEXES D'INCONTINENCE, PLUS SOPHISTIQUÉE COMME LA POSE D'UN IMPLANT SPHINCTÉRIEN.

LA CYSTITE

UNE INFECTION URINAIRE

SI VOUS AVEZ SOUVENT ENVIE DE FAIRE PIPI, SI VOUS RESSENTEZ DES BRÛLURES, SI VOS URINES SONT FONCÉES ET MALODORANTES...

VOUS AVEZ PROBABLEMENT une infection urinaire.

Des bactéries se multiplient dans la vessie et l'irritent. C'est ce qu'on appelle une cystite.

En général, sa survenue est favorisée par le fait que vous ne buvez pas assez. Les microbes (qui dans la majorité des cas migrent du vagin vers la vessie) se multiplient et ne s'éliminent pas.

Plus rarement, une cystite peut survenir parce que vous avez un reflux des urines vers le rein, un calcul, un polype dans la vessie, ou bien parce que vous avez simplement des germes qui s'accrochent à la muqueuse et restent dans la vessie.

La cystite n'est pas une maladie sexuellement transmissible.

Attention !

Si les cystites se répètent plus de trois fois par an, s'il y a du sang dans vos urines, si vous avez de la fièvre ou des douleurs rénales, ce n'est plus une cystite banale.

LES SOLUTIONS

Un traitement antibiotique va traiter la crise de cystite.

Dans les cas de cystites récidivantes, il faudra suivre un traitement pendant plusieurs mois.

Votre médecin ou votre urologue vous conseilleront sur la durée du traitement et pour éviter les récurrences.

POUR ÉVITER LA CYSTITE : BUVEZ !

Si vous ne buvez pas assez, vos urines sont concentrées ; la vessie se remplit moins vite et vous allez moins souvent aux toilettes. Les microbes restent dans la vessie et se multiplient (ceux qui sont dans le vagin remontent facilement dans la vessie car le canal de l'urètre est court).

Si vous buvez environ 1,5 litre d'eau par jour, les urines sont diluées ; vous allez régulièrement aux toilettes et les microbes s'éliminent donc plus vite.

LA DESCENTE DE VESSIE DES MUSCLES RELACHÉS

SI VOUS AVEZ LA SENSATION D'AVOIR UN POIDS QUI FAIT PRESSION DANS LE BAS-VENTRE.

Vous dites même parfois que " tout " va sortir. Vous sentez comme une " boule " dans le vagin. Il vous arrive d'avoir des pertes d'urine, d'avoir des envies impérieuses d'aller aux toilettes ou (et) des difficultés à faire pipi. C'est indolore mais très désagréable et assez handicapant dans la vie quotidienne.

VOUS AVEZ PROBABLEMENT une descente de vessie.

On dit aussi plus communément une descente d'organes car parfois, mais c'est rare, le rectum et l'utérus peuvent descendre également.

On peut observer deux stades :

- 1) La vessie descend juste un peu : c'est un simple affaiblissement des muscles du périnée.
- 2) La vessie descend franchement dans le vagin. Elle peut même ressortir par la vulve : c'est un véritable affaissement des muscles du périnée.

LES SOLUTIONS

La rééducation, à un stade de début uniquement, pour tonifier les muscles du périnée.

Il faut absolument **traiter le problème de constipation**,

s'il existe. Pensez à bien vider votre vessie si vous faites un exercice sportif.

L'intervention chirurgicale :

lorsque la descente est plus importante, on peut remettre en place la vessie, en passant par les voies naturelles (par le vagin) ou par incision ou par coelioscopie (mini incision du ventre pour introduction des instru-

ments et de la caméra). Bien souvent, pour renforcer les muscles et les ligaments défailants, on utilise des voiles de tissus synthétiques qui soutiennent la vessie.

Les muscles du périnée retiennent la vessie et le vagin. Il arrive qu'ils se relâchent : par exemple, chez la femme qui a eu plusieurs enfants, chez la femme constipée qui fait de gros efforts de poussée, chez la femme sportive qui fait beaucoup de jogging, d'athlétisme...

Ce relâchement peut être accentué après la ménopause, mais des femmes jeunes viennent régulièrement consulter pour des problèmes de descente de vessie.

NE CROYEZ PAS QUE LES TROUBLES URINAIRES SOIENT RÉSERVÉS À LA FEMME D'ÂGE MÛR.

EN FRANCE, 3 MILLIONS DE FEMMES SOUFFRENT DE TROUBLES URINAIRES : UNE FEMME SUR DEUX A MOINS DE 50 ANS, UNE SUR SIX A MOINS DE 30 ANS.

VOUS HÉSITÉZ À FAIRE VOS COURSES, VOUS N'OSEZ PLUS ALLER CHEZ VOS AMIS, VOTRE VIE SEXUELLE EST PERTURBÉE ?

NE LAISSEZ PAS VOS TROUBLES URINAIRES GÂCHER VOTRE VIE QUOTIDIENNE.

AUJOURD'HUI IL EXISTE DES SOLUTIONS POUR CHAQUE PROBLÈME.

LA VESSIE : UN MUSCLE COMMANDÉ PAR DES NERFS

LA VESSIE EST UN RÉSERVOIR. ELLE STOCKE L'URINE QUI EST ACHÉMINÉE DES REINS PAR DEUX CANAUX : LES URETÈRES.

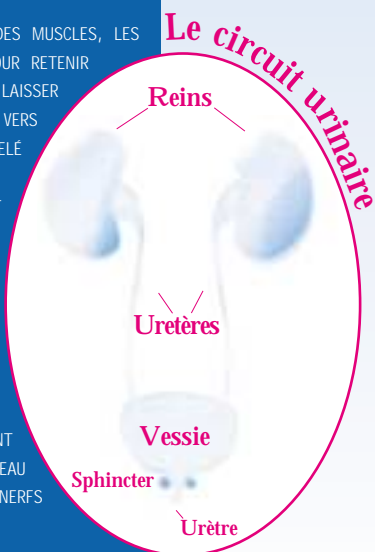
SA PAROI EST UN MUSCLE QUI SE CONTRACTE POUR ÉVACUER L'URINE.

SOUS LA VESSIE SE TROUVENT DES MUSCLES, LES SPHINCTERS, QUI SE FERMENT POUR RETENIR L'URINE OU S'OUVRENT POUR LA LAISSER SORTIR. L'URINE S'ÉCOULE ALORS VERS L'EXTÉRIEUR PAR UN CONDUIT APPELÉ URÈTRE.

D'AUTRES MUSCLES SOUTIENNENT LA VESSIE : CEUX DU PÉRINÉE.

LORSQUE LA VESSIE EST PLEINE, DES NERFS ACTIVENT LA CONTRACTION DU MUSCLE DE LA VESSIE CE QUI PERMET DE LA VIDER COMPLÈTEMENT, SANS EFFORT.

LES TROUBLES URINAIRES PEUVENT PROVENIR DE PERTURBATIONS AU NIVEAU DU MUSCLE DE LA VESSIE OU DES NERFS QUI LA COMMANDENT.



L'ASSOCIATION FRANÇAISE D'UROLOGIE (AFU) EST
UNE SOCIÉTÉ SAVANTE RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE,
QUI REGROUPE LA QUASI-TOTALITÉ DES UROLOGUES.

SUR SON SITE : WWW.UROFRANCE.ORG, L'AFU DONNE
AU PUBLIC DES INFORMATIONS MÉDICALES VALIDÉES.



L'UROLOGUE EST LE SPÉCIALISTE DE L'APPAREIL
URINAIRE.

- CHEZ LA FEMME, IL EST, PAR EXEMPLE, LE SPÉCIALISTE DE L'INCONTINENCE, DES DESCENTES DE VESSIE, DES INFECTIONS URINAIRES, DES CALCULS RÉNAUX, DES CANCERS DU REIN ET DE LA VESSIE...
- CHEZ L'HOMME, IL EST LE SPÉCIALISTE DE L'ADÉNOME BÉNIN ET DU CANCER DE LA PROSTATE, DES CALCULS RÉNAUX, DES CANCERS DU REIN, DE LA VESSIE ET DES TESTICULES, DE LA DYSFONCTION ÉRECTILE...

L'UROLOGUE EST MÉDECIN ET CHIRURGIEN : IL PREND
EN CHARGE LE TRAITEMENT MÉDICAL MAIS AUSSI LE
TRAITEMENT CHIRURGICAL DES PATHOLOGIES QUI
L'EXIGENT.