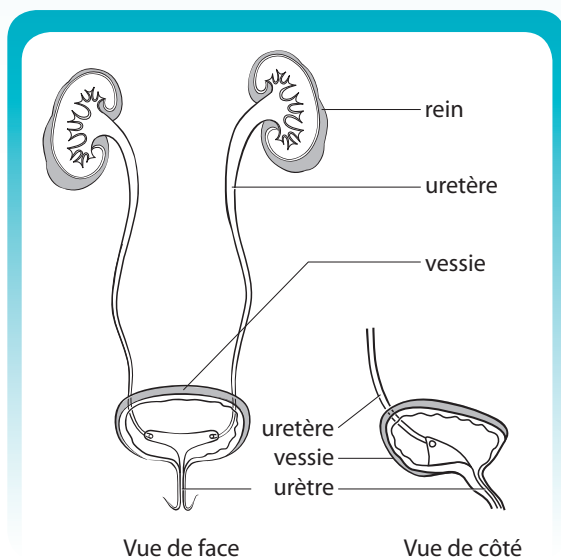


Les infections urinaires chez la femme

Les infections urinaires sont fréquentes chez la femme et leur traitement est habituellement simple. Elles sont rarement associées à un problème plus sérieux.

L'infection de la vessie (cystite) est un problème courant chez la femme. Son traitement est habituellement simple et les complications graves sont rares. Savoir comment la prévenir, la traiter, et quand consulter son médecin sont des questions importantes.

L'urine, produite par les reins, s'écoule par les uretères et est emmagasinée dans la vessie jusqu'à son évacuation par l'urètre.



Qu'est-ce qu'une infection urinaire?

Généralement, l'infection urinaire se caractérise par une apparition soudaine de mictions urgentes, fréquentes et douloureuses. Une douleur dans le bas du dos ou de l'abdomen peut aussi se manifester. Souvent, on notera une urine d'apparence trouble et d'odeur nauséabonde. Les symptômes varient en intensité, de très légers à graves. Contrairement à l'infection compliquée, l'infection de la vessie simple ne s'accompagne pas de température, douleur au flanc, nausée ou vomissement.

Les infections de la vessie sont courantes et affectent environ 5 % des femmes chaque année. Elles sont rarement la cause d'infections rénales ou d'autres problèmes plus graves.

Quelle est la cause de ces infections?

Plusieurs types de bactéries vivent normalement dans les intestins, le vagin et sur la peau. La vessie et l'urine sont des milieux habituellement stériles ou sans bactérie. Lorsque les bactéries pénètrent dans la vessie par l'urètre et s'y installent, une infection urinaire se produit. Quelquefois, ces bactéries peuvent se multiplier dans la vessie sans causer d'inflammation ou de symptôme - dans ce cas, un traitement n'est pas toujours nécessaire.

Pourquoi les infections urinaires sont-elles plus courantes chez les femmes?

Les femmes sont plus sujettes aux infections de la vessie que les hommes pour plusieurs raisons. L'urètre plus court de la femme offre aux bactéries un accès à la vessie. Les relations sexuelles peuvent aussi favoriser l'accès des bactéries à la vessie par l'urètre. Les bactéries à l'origine des infections urinaires ne sont pas transmises par le partenaire sexuel.

Quelles autres affections peuvent faire penser à une infection à la vessie?

Toutes les inflammations de la vessie, de l'urètre ou du vagin peuvent causer les mêmes symptômes mictionnels. De façon générale, les symptômes d'infection à la vessie apparaissent soudainement et sont plus graves que ceux reliés aux infections vaginales, qui sont caractérisés par les démangeaisons, les pertes vaginales et les relations sexuelles douloureuses.

Comment diagnostique-t-on une infection de la vessie?

Le diagnostic d'infection de la vessie est posé sur la base des symptômes, de la découverte de bactéries ou de signes d'inflammation dans l'urine et par la réponse au traitement. Un spécimen d'urine adéquat, obtenu au milieu de la miction, est primordial. Une analyse d'urine faite sur place immédiatement peut révéler des signes d'infection; cependant, elle ne permet pas d'identifier la bactérie en cause. Seule

Les infections urinaires chez la femme

une identification de la bactérie par incubation du spécimen d'urine pendant 2 ou 3 jours en laboratoire (culture d'urine) permet de poser un diagnostic définitif d'infection de la vessie. Même si ce test n'est pas concluant, une réponse rapide aux antibiotiques favorise le diagnostic d'infection de la vessie.

Comment traite-t-on une infection de la vessie?

Malgré le fait que plusieurs infections de la vessie disparaissent d'elles-mêmes, une brève thérapie antibiotique accélérera la guérison et atténuera les symptômes. De façon générale, une thérapie antibiotique prolongée (plus de cinq jours) entraînant des coûts plus élevés et davantage d'effets secondaires, n'est pas indiquée. Dans la plupart des cas, un antibiotique générique peu coûteux sera suffisant.

Suis-je à risque d'une nouvelle infection urinaire?

Dans plusieurs cas, une nouvelle infection urinaire apparaîtra au cours de l'année. La fréquence des infections peut être très variable. Les infections fréquentes de la vessie ne sont habituellement pas reliées au style de vie ni à l'hygiène.

Comment puis-je prévenir les infections urinaires?

Plusieurs facteurs ont démontré une certaine efficacité dans le contrôle des infections récurrentes. De façon générale, on recommande une bonne hydratation, et une consommation adéquate de liquides. Videz votre vessie de façon régulière car ceci favorise l'expulsion des bactéries. La consommation de yogourt contenant des « cultures actives » peut aussi aider. Divers moyens naturels ou liés à la médecine parallèle ont été avancés pour aider à réduire le risque d'infection urinaire, incluant une acidification de votre urine par la consommation de canneberges ou de vitamine C. Certaines femmes trouvent ces mesures bénéfiques, mais leurs avantages n'ont pas été démontrés par des études scientifiques rigoureuses.

Cette publication est produite par

Canadian Urological Association
The Voice of Urology in Canada



Association des Urologues du Canada
La voix de l'urologie au Canada

Cette publication est approuvée par



ASSOCIATION DES
UROLOGUES
DU QUÉBEC

Les informations présentées dans cette publication ne visent pas à remplacer une opinion médicale ni à se substituer à la consultation d'un médecin qualifié. L'Association des urologues du Canada décline toute responsabilité, légale ou autre, causée de quelque façon que ce soit, incluant la négligence, pouvant découler des informations contenues ou référencées dans cette brochure.

© 2014. Association des urologues du Canada. Tous droits réservés.

cua.org

L'usage de diaphragmes et de spermicides comme moyens contraceptifs peuvent augmenter le risque d'infection urinaire. Par contre, un lubrifiant vaginal et la miction immédiatement après l'activité sexuelle sont souvent efficaces. Les douches vaginales sont à éviter. Après la ménopause, un supplément d'estrogènes peut aider à réduire le risque d'infection. L'utilisation d'estrogènes devrait être discutée avec votre médecin.

Un schéma prolongé (souvent d'une durée de plusieurs mois) d'antibiotiques à faible dose peut sans danger prévenir les infections chez certaines femmes. Si une femme remarque qu'elle développe une infection urinaire après une activité sexuelle, elle peut prendre une dose d'antibiotiques tout de suite après afin de prévenir une infection par la suite.

Puis-je traiter moi-même mon infection urinaire?

Dans la plupart des cas d'infection de la vessie récidivante, lorsque le diagnostic a été clairement établi, il n'y a aucun risque à prendre les antibiotiques prescrits à l'avance par votre médecin. De nouvelles cultures d'urine ou d'autres examens, telle que les rayons X et l'examen de la vessie (cystoscopie) sont rarement nécessaires.

Dans certains cas, lorsque l'infection de la vessie est clairement reliée à l'activité sexuelle, une dose unique d'antibiotique au moment des rapports sexuels peut s'avérer efficace et empêcher l'infection de s'installer.

Quand devrais-je consulter mon médecin?

Vous devriez consulter si vous notez :

- du sang dans l'urine
- de la fièvre, des vomissements, une douleur au flanc
- des symptômes urinaires qui persistent malgré le traitement
- des infections fréquentes

Les infections urinaires ne sont pas difficiles à reconnaître et à traiter chez les femmes. Il existe un traitement efficace qui soulage rapidement les symptômes et favorise un retour à la vie normale.