

Voies urinaires

Affections prolongées et gênantes

Cystites, incontinence, calculs rénaux: les affections urinaires nécessitent une prise en charge rapide et efficace. Toute crainte d'aborder ces questions chez le médecin est déplacée. **Jürg Lendenmann**

Nos reins ne se contentent pas de réguler l'équilibre acido-basique et hydro-électrolytique: ils jouent un rôle de désintoxication essentiel. Chaque jour, ils filtrent près de 200 litres d'urine primitive à partir du plasma sanguin et réduisent ce volume à 1,5 litre d'urine (définitive) environ. Avec l'urine, ils éliminent principalement des substances anorganiques comme les ions chlorure, sodium et potassium, ainsi que des produits finaux du métabolisme des protéines (urée), des purines (acide urique) et des muscles (créatinine). L'urine s'écoule via les deux uretères jusqu'à la vessie, qui peut contenir entre 300 et 500 ml de liquide, avant d'être éliminée via l'urètre. Sur le plan anatomique comme fonctionnel, les organes de l'appareil urinaire sont étroitement liés aux organes génitaux; ensemble, ils forment l'appareil urogénital. Les différentes affections des voies urinaires – problèmes de développement, infections, obstructions, tumeurs, formation de calculs – sont certes interdépendantes, mais peuvent aussi être directement ou indirectement influencées par les affections de l'appareil génital.

Cystites: un long et douloureux parcours

Envie fréquente et impérieuse d'uriner, douleurs à la miction et dans le bas-ventre, tels sont les symptômes les plus fréquents d'une cystite. Avant un certain

âge, cette affection touche principalement les femmes. Plus tard, elle est aussi fréquente chez les deux sexes. «Les troubles de la miction sont l'un des facteurs de risques de la cystite», explique le Dr méd. Mariele Keller, urogynécologue. Chez la femme, elle peut aussi être liée à une descente de l'utérus. Chez l'homme, elle apparaît souvent en rapport avec un problème de prostate, quand la vessie ne se vide plus bien et retient de l'urine résiduelle. Dans les cystites simples, certaines substances phytothérapeutiques peuvent contribuer à éliminer les bactéries (voir page 22). Les cystites qui touchent les enfants, les hommes, les femmes enceintes, les personnes immunodéprimées, les diabétiques et les insulinsésistants rénaux sont dites compliquées. En cas de cystite compliquée, de présence de sang dans l'urine, de fièvre et de douleurs dans la région rénale, il faut consulter un médecin sans tarder. Pour en savoir plus sur les cystites, consultez la page 15.

L'incontinence, un sujet tabou

Une femme sur quatre et un homme sur dix souffrent de pertes involontaires d'urine. L'énurésie (incontinence) survient souvent après 55 ans, quand les tissus perdent en élasticité sous l'effet de modifications dues à l'âge. Ce problème reste tabou: les personnes touchées n'osent pas en parler, même avec

leur médecin. Beaucoup renoncent à leurs activités, dépriment et s'isolent. On distingue trois types d'incontinence urinaire, l'incontinence d'effort étant la plus courante (60 pour cent). Elle touche une majorité de femmes, car les muscles impliqués, dont le sphincter vésical et les muscles du périnée, peuvent avoir été affaiblis par les accouchements et des années de travail physique. Une petite augmentation de la pression dans la vessie, comme c'est le cas lorsqu'on rit, tousse ou soulève un poids, suffit parfois à entraîner une perte

Sommaire du dossier

p. 13–14

Voies urinaires

Affections prolongées et gênantes

p. 15–17

Cystite

Divers traitements possibles

p. 18–19

Fuites urinaires

Des solutions existent

p. 20–21

Prostate

L'organe problématique de l'homme

p. 22–23

Bon à savoir

Pour des voies urinaires saines

