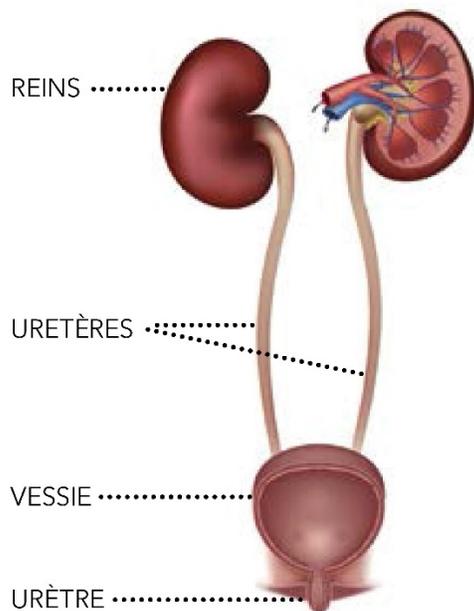


# LES INFECTIONS DES VOIES URINAIRES

## Comment le système urinaire fonctionne-t-il?

Le système urinaire comprend les reins, les uretères, la vessie et l'urètre. Chaque élément joue un rôle important dans l'élimination des déchets sous forme d'urine.

Les principales fonctions des reins sont l'élimination des déchets du sang et le retour du sang purifié dans l'organisme. Les uretères sont des tubes qui acheminent ces déchets, sous forme d'urine, des reins à la vessie. L'urine s'accumule dans la vessie jusqu'à ce que vous uriniez. Elle passe alors par un canal appelé urètre.



### Qu'est-ce qu'une infection des voies urinaires?

Une infection des voies urinaires (IVU) est une infection ordinairement provoquée par des bactéries (ou microbes) qui attaquent les reins, les uretères, la vessie ou l'urètre. Normalement, les voies urinaires sont stériles ou exemptes de bactéries.

## Qu'est-ce qui cause une IVU?

Une IVU est généralement causée par des bactéries qui s'introduisent dans l'urètre à partir de la peau pour remonter ensuite à la vessie, provoquant alors une infection de la vessie. Une infection rénale est, pour sa part, le résultat de la remontée des bactéries de la vessie aux reins. Les bactéries qui causent le plus souvent une IVU se trouvent à la surface de la peau dans la région génitale; il s'agit d'Escherichia coli (E. coli).

Plus rarement, les IVU sont dues à d'autres causes. Par exemple, une infection peut résulter d'un blocage de l'écoulement normal de l'urine ou d'une accumulation d'urine qui remonte de la vessie jusqu'aux reins. Des infections récurrentes peuvent être dues à des calculs rénaux ou vésicaux. Très rarement, des bactéries provenant d'une infection ailleurs dans l'organisme peuvent infecter les reins par le sang.

## Qui peut contracter une IVU?

Toute personne ayant une malformation des voies urinaires a davantage de risque d'avoir une IVU. Les femmes enceintes, les personnes qui souffrent de diabète ou qui ont une sonde à demeure (un tube placé dans la vessie pour aider à évacuer l'urine) sont aussi plus susceptibles d'avoir ce type d'infection.

Les femmes ont beaucoup plus tendance à avoir des IVU que les hommes. En fait, 500 000 Canadiennes consultent des médecins chaque année pour des IVU.

## Pourquoi les femmes sont-elles plus sujettes aux IVU?

Les femmes sont plus susceptibles que les hommes d'avoir une IVU parce que l'urètre de la femme est beaucoup plus court que celui de l'homme et que les bactéries ont donc moins de distance à parcourir de la peau externe à la vessie.

Si une femme est portée à avoir des infections de la vessie, elle devrait éviter de s'essuyer de l'arrière vers l'avant après être allée aux toilettes, car les bactéries risquent alors d'être transportées de l'anus au vagin ou à l'urètre et de provoquer ainsi une infection. Elle devrait en outre éviter de prendre des bains – surtout avec des produits de bain moussants ou des huiles de bain parfumées – et privilégier plutôt les douches.

Les femmes enceintes présentent davantage de risque d'avoir une infection de la vessie qui donne lieu à une infection rénale. Comme le système d'évacuation depuis les reins à la vessie se dilate au cours de la grossesse, il ne fonctionne pas aussi rapidement. Cette réduction du débit urinaire favorise la remontée des bactéries de la vessie aux reins et donc l'apparition d'une infection rénale. Les IVU au cours de la grossesse peuvent entraîner des accouchements prématurés et doivent être traitées le plus tôt possible.

Après la ménopause, les IVU peuvent être plus fréquentes à cause de l'absence de certaines hormones.

Chez certaines femmes, l'augmentation de l'activité sexuelle peut provoquer les symptômes d'une IVU. Les infections de la vessie et des reins ne sont généralement pas transmises sexuellement; toutefois, les femmes sujettes aux IVU devraient vider leur vessie après les rapports sexuels.

## Quels sont les symptômes d'une IVU?

L'IVU la plus fréquente est l'infection de la vessie (cystite). En voici les symptômes :

- un besoin urgent d'uriner souvent, même s'il y a peu d'urine;
- une sensation de brûlure lors de la miction;
- une urine trouble ou malodorante;
- des douleurs au bas du ventre.

Toute personne qui a en plus l'un ou l'autre des problèmes suivants peut avoir une infection des reins ou de la prostate et devrait donc consulter un médecin sans délai :

- sang ou pus dans l'urine;
- fièvre, frissons ou vomissements;
- diabète ou maladie chronique;
- antécédents d'infections ou de maladies rénales;
- douleurs à la miction pendant la grossesse;
- fortes douleurs dans le dos.

Dans certains cas, on peut avoir des symptômes bénins (par ex., un besoin d'uriner souvent) sans avoir une IVU. Le tabagisme, l'anxiété, la consommation de grandes quantités de café, les allergies alimentaires et le symptôme prémenstruel peuvent tous provoquer des symptômes semblables à ceux d'une IVU.

## Comment savoir si on a une IVU?

Si les symptômes bénins ne disparaissent pas après un jour ou deux, une analyse d'urine s'impose. Le médecin vous demandera de vous laver les organes génitaux, d'uriner un peu et de recueillir le reste de votre urine dans un contenant stérile. Votre urine sera alors analysée afin de déterminer si vous avez une infection.

## Quel est le traitement pour les IVU?

Si vous avez une infection, votre médecin vous prescrira probablement un antibiotique et vous recommandera de suivre les suggestions qui sont décrites ci-après.

## Comment pouvez-vous vous aider?

- Buvez beaucoup d'eau (environ six verres par jour) afin d'uriner souvent.
- N'essayez pas de vous retenir lorsque vous sentez que votre vessie est pleine et videz votre vessie complètement chaque fois que vous urinez.
- Les femmes qui sont sujettes à des IVU devraient uriner après les rapports sexuels.
- Essuyez-vous de l'avant vers l'arrière pour éviter de transporter des bactéries de l'anus à l'urètre.
- Réduisez votre consommation de caféine et d'alcool.
- Si vous êtes portée à avoir des infections urinaires, évitez les bains moussants, les huiles de bain parfumées, les savons parfumés et les douches vaginales.

## Qui devrait aller consulter son médecin?

- Les femmes qui ont plus de trois IVU par année.
- Les femmes chez qui les symptômes d'une IVU sont associés à de la fièvre ou à du sang dans l'urine.
- Toute personne qui a les symptômes d'une IVU et qui souffre de diabète sucré ou d'insuffisance rénale ou qui est enceinte.
- Tout homme ou tout enfant qui présente des symptômes d'une IVU ou qui a du sang dans l'urine.
- Toute personne chez qui les symptômes ne se résorbent pas d'eux-mêmes dans les 48 heures.

La Fondation du rein tient à remercier les membres du comité national des programmes et de la politique publique de la Fondation du rein pour leurs contributions et leur expertise professionnelle dans le développement de cette ressource.