Informations patients

Les infections urinaires

LA CYSTITE CHEZ LA FEMME



QU'EST-CE QU'UNE CYSTITE ?

La cystite est une infection urinaire localisée au niveau de la vessie.

→ **C'est une infection fréquente chez la femme.**

Lorsqu'elle atteint le rein (ou la prostate chez l'homme), l'infection est plus grave : on parle alors de **pyélonéphrite**.

QUELS SONT LES SYMPTÔMES D'ALERTE?

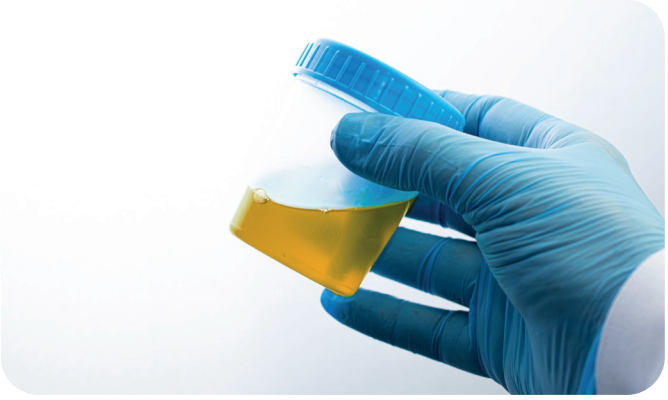
- BRÛLURES EN URINANT
- BESOINS FRÉQUENTS ET PRESSANTS D'URINER
- FAUSSES ENVIES
- FIÈVRE
- DOULEURS LOMBAIRES

Si d'autres symptômes sont présents tels que fièvre ou douleurs lombaires, cela peut être le signe d'une infection plus grave.

COMMENT FAIRE LE DIAGNOSTIC ?

En présence de symptômes évocateurs d'une cystite, un ECBU peut être réaliser au laboratoire.

En cas de positivité un traitement antibiotique pourra être mis en place.



QU'EST-CE QU'UN ECBU ?

Un ECBU est une analyse d'urines permettant au laboratoire de :

- Déterminer le taux des globules blancs et globules rouges
- Rechercher la présence d'une *(ou plusieurs)* bactérie*(s)*
- Identifier et tester la résistance aux antibiotiques de la *(ou des)* bactérie*(s)* retrouvée*(s)* afin de mettre en place *(ou d'adapter)* le traitement antibiotique

⚠ Il est important de bien respecter les conditions de recueil des urines fournies par le laboratoire, afin d'avoir un prélèvement de qualité pour permettre une bonne interprétation des résultats par le professionnel de santé :

→ Urines à recueillir si possible 4 heures après la dernière miction. Se laver les mains, procéder à une toilette intime soigneuse, éliminer le 1er jet d'urines dans les toilettes puis uriner dans le flacon.

COMMENT ÉVITER LA SURVENUE DES CYSTITES ?

Voici quelques conseils pratiques pour éviter les infections urinaires et leurs récidives :

- Boire beaucoup d'eau *(au moins égal à 1,5 litre par jour).*
- Lutter contre la constipation.
- Uriner dès que le besoin se fait sentir, ne pas se retenir et vider complètement la vessie.
- Aux toilettes, s'essuyer toujours d'avant en arrière car l'urine est normalement stérile mais les selles contiennent de nombreux germes qui peuvent contaminer le méat urinaire.
- Pas de douches vaginales et pas de produits d'hygiène intime parfumés.
- Porter des sous-vêtements en coton et éviter les pantalons trop serrés.
- Uriner tout de suite après chaque rapport sexuel et éviter l'usage des spermicides.

⚠ En cas de cystites récidivantes *(au moins 4 épisodes/an)* :

→ Parlez-en à votre médecin car des solutions complémentaires ainsi qu'un bilan des causes peuvent vous être proposés.

Si vous présentez les symptômes d'une infection urinaire, parlez-en à votre biologiste

Pour + d'info santé et de conseils, scannez le QR code !

www.lesbiologistesindependants.fr