

Infection urinaire chez la femme : que faire ?

Publié le 30/06/2021

2 minutes de lecture

Écrit par [Laboratoire LESCUYER](#)

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

Partager Facebook Pinterest Twitter



Près de la moitié des femmes* seraient concernées, au moins une fois au cours de leur vie, par une infection urinaire. Appelée également **cystite**, cette dernière provoque **brûlures, difficultés à la miction et envie d'uriner** à répétition. Cette infection nécessite une prise en charge rapide et spécifique. Découvrez comment réagir face à une infection urinaire.

Comment attrape-t-on une infection urinaire ?

L'infection urinaire la plus courante est due à la bactérie intestinale ***Escherichia Coli***. **Naturellement présente dans le gros intestin** (totalement inoffensive à ce niveau-là), cette bactérie peut pénétrer l'urètre puis infecter la vessie. La vidange de cet organe se faisant moins bien, les urines stagnent, offrant ainsi la possibilité aux **bactéries de se proliférer**. C'est le début de l'infection urinaire. Cette forme d'infection touche principalement les femmes.

Ce trouble peut entraîner des **symptômes** désagréables et parfois douloureux. Les femmes, surtout en âge avancé, sont plus susceptibles de développer des infections urinaires. Cette prévalence est également élevée chez la femme enceinte en raison des changements hormonaux et physiques qui augmentent le risque d'infection. Les infections urinaires peuvent également être associées à l'**incontinence urinaire**, qui peut provoquer une irritation de l'arrière de l'appareil urinaire. Comprendre les facteurs de risque et les méthodes de prévention est crucial pour maintenir une bonne santé urinaire.

Il existe deux autres types d'infections urinaires qui sont moins répandues et qui touchent d'autres organes que la vessie : l'urétrite infectieuse qui est une infection localisée au niveau de l'urètre (le canal de sortie relié à la vessie) et la pyélonéphrite qui est une inflammation du rein. Une infection urinaire classique qui n'est pas prise en charge suffisamment rapidement ou mal traitée peut déboucher, dans certains cas, sur une infection beaucoup plus grave type pyélonéphrite.

Infection urinaire : quels sont les symptômes ?

Dans le cas d'une infection urinaire due à la bactérie *Escherichia Coli*, les signes et symptômes sont quasiment toujours les mêmes :

- des douleurs dans le bas ventre, surtout au moment d'uriner ;
- des sensations de brûlures en urinant ;
- des frissons ;
- des difficultés à uriner ;
- une envie très fréquente d'uriner ;
- une urine colorée ;
- voire parfois même du sang dans les urines ;
- une urine malodorante ;
- et parfois, une fièvre isolée.

Dans le cas d'une pyélonéphrite, une fièvre élevée accompagnée d'une altération de l'état général et des douleurs lombaires peuvent aussi se manifester.

Quels sont les facteurs de risque d'infection urinaire ?

Homme et femmes sont totalement inégaux devant le risque de cystite due à la bactérie *Escherichia Coli*. De part leur anatomie, les femmes sont en effet largement plus concernées que les hommes : la **proximité entre les parties génitales et l'anus** favorise le transport des bactéries intestinales vers la vessie. L'urètre plus court chez la femme que chez l'homme facilite également la prolifération des bactéries à l'origine de l'infection urinaire.

D'autres éléments sont aussi considérés comme des facteurs de risque pour la survenue d'infection urinaire :

- certaines malformations de l'appareil urinaire ;
- la présence d'un calcul urinaire ;
- les rapports sexuels (c'est pourquoi il est conseillé d'uriner systématiquement après chaque rapport afin de chasser les éventuelles bactéries en vidant la vessie) ;
- l'utilisation du diaphragme comme moyen de contraception (un petit dispositif médical en silicone qui s'insère dans le vagin avant le rapport sexuel pour bloquer l'entrée de l'utérus aux spermatozoïdes) ;
- une hygiène intime réalisée avec un produit trop agressif et/ou de façon trop fréquente (plusieurs fois par jour) peut déséquilibrer la flore vaginale et provoquer une infection ;
- une mauvaise hydratation : boire beaucoup d'eau est essentiel pour soigner et prévenir une cystite ;
- les changements hormonaux qui ont lieu pendant certaines périodes clés de la vie comme la grossesse ou la ménopause.
- la constipation, qui empêche l'évacuation complète de la vessie et favorise la prolifération bactérienne.

Chez l'adulte comme chez l'enfant, les épisodes de cystite peuvent varier en fréquence et en gravité, et peuvent parfois mener à des complications sérieuses, telles que des abcès rénaux. Il est donc important de consulter un médecin ou de se rendre chez une pharmacie pour obtenir un traitement adapté et éviter les complications possibles liées aux infections urinaires.

Comment soigner et prévenir une infection urinaire naturellement ?

Le diagnostic des infections urinaires urinaires peuvent être détectées à l'aide d'une bandelette urinaire, un outil simple et rapide pour identifier la présence de leucocytes ou de nitrites dans l'urine. Cependant, des examens complémentaires comme une échographie peuvent être nécessaires pour évaluer l'étendue de l'infection et identifier d'éventuelles anomalies structurelles.

L'infection urinaire peut être soulagée par des [solutions naturelles](#). Certains compléments alimentaires sont élaborés à base d'actifs qui ont fait leur preuve**.

Pour renforcer la prévention et soutenir le traitement, l'échinacée, une plante aux propriétés immunostimulantes, peut être utilisée. Elle aide à améliorer la résistance de l'organisme face aux infections récurrentes.

Quel est le rôle du D-mannose ? Ce glucide simple, naturellement présent dans l'organisme, agit rapidement en **tapissant la paroi intérieure des voies urinaires**, notamment la vessie. Le laboratoire LESCUYER a sélectionné le D-Mannose pour son action rapide, puisqu'une fois absorbé il atteint la vessie en 30 min.

Si elle n'est pas prise en charge rapidement et avec le traitement adéquat, l'infection urinaire peut donner lieu à des **complications** plus ou moins graves, certaines allant même jusqu'à **toucher la fonction motrice des reins**.

La prescription médicale d'un antibiotique (qui n'est donc pas une solution naturelle) peut s'avérer nécessaire pour soigner la cystite : consultez votre médecin au moindre symptôme.

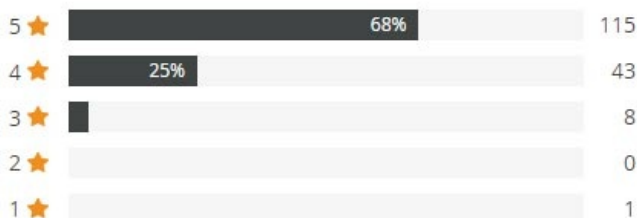
Une infection urinaire peut être **considérée comme chronique** lorsqu'elle apparaît trois fois ou plus dans l'année. Si vous êtes sujette à ce désagrément, sachez que des solutions naturelles existent pour vous en prémunir, c'est notamment le cas des compléments alimentaires. Le Laboratoire Lescuyer a reformulé **CYSTICALM** pour aider toutes les femmes à limiter leurs gênes urinaires et prévenir leur réapparition.

Au cœur de sa formule, **D-mannose, bruyère, vitamine C et minéraux** (cuivre et zinc) **agissent en synergie** pour retrouver **bien-être et confort urinaire**. La bruyère est une plante traditionnellement utilisée pour soutenir l'élimination de l'eau par les voies urinaires et contribuer ainsi au confort urinaire.

Agissant en synergie la vitamine C et les oligos éléments présent dans la formule de **Cysticalm** contribue à aider l'organisme dans sa réponse immunitaire.

Nos clients sont satisfaits de CYSTICALM

CYSTICALM : LES AVIS DE NOS CLIENTS



En complément, il est recommandé d'adopter certains réflexes au quotidien :

- boire en grande quantité (au moins 1,5 litre d'eau par jour) ;
- ne pas se retenir d'uriner et aller aux toilettes dès que l'envie se fait ressentir ;
- avoir le bon geste aux toilettes (toujours essuyer les parties génitales et l'anus de façon indépendantes) ;
- porter des sous-vêtements confortables en coton.

N'hésitez pas à consulter votre médecin ou votre pharmacien pour des conseils sur le traitement et la prévention des infections urinaires.

* 1Kunin. C.M. (1994). Clin Infect Dis. 18(1): p.1-10; quiz 11-2.

**Alton et al. Glycobiologie (1998) ; 8(3) : 285-295

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

Envoyer un email

Partager

Laboratoire LESCUYER
EXPERT EN MICRONUTRITION



Notre équipe médico-scientifique est composée de Docteurs es science, Pharmacien, Naturopathe, ingénieurs...

Ces articles pourraient vous intéresser



1.

Catégorie Confort urinaire ,

Comment éviter les infections urinaires à répétition ?

22/04/2020

3 minutes de lecture

Les infections urinaires touchent une femme sur deux. Particulièrement douloureuses et inconfortables, elles ont une fâcheuse tendance à la récurrence.

[Lire la suite](#)



2.

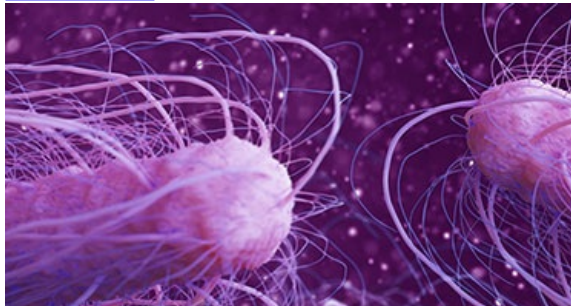
Le microbiote urinaire

12/07/2020

3 minutes de lecture

Les chercheurs ont longtemps pensé que l'urine était stérile, c'est-à-dire exempte de bactéries. Or, de récents travaux ont démontré que, contrairement aux idées reçues, l'urine contient bien des bactéries ! Cette découverte ouvre de nombreuses perspectives, notamment dans l'accompagnement de différents désagréments vésicaux : gênes urinaires, inconforts prostatiques...

[Lire la suite](#)



3.

Gênes urinaires, envie fréquente d'uriner ?

12/07/2021

3 minutes de lecture

Très désagréables et souvent invalidantes, les gênes urinaires concernent près de la moitié des femmes et sont intimement liées à l'anatomie féminine. Découvrez nos conseils pour adopter les bons gestes !

[Lire la suite](#)