

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 ?

- Brûlure en urinant
- Besoins fréquents et pressants d'uriner
- Fausses envies
- Fièvre
- Douleurs lombaires

COMMENT FAIRE LE DIAGNOSTIC ?

En présence de symptômes évocateurs d'une cystite, une analyse d'urine (ECBU) peut être réalisée au laboratoire.

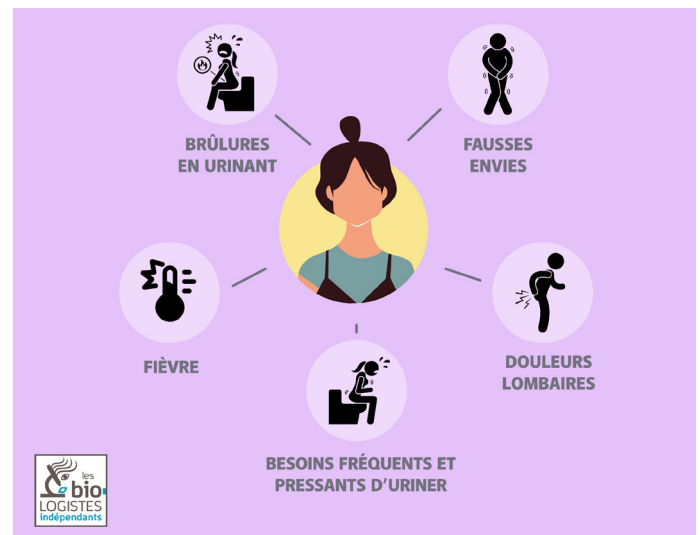
En cas de positivité, un traitement antibiotique pourra être mis en place.

En cas de cystite récidivante (au moins 4 épisodes par an), parlez-en à votre médecin car des solutions complémentaires ainsi qu'un bilan des causes peuvent vous être proposés.

COMMENT ÉVITER LA SURVENUE DES CYSTITES ?

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

- Boire beaucoup d'eau (au moins égal à 1,5L 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

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