

Le thermalisme, un moyen complémentaire dans la prise en charge des cystites récidivantes

Chaque année, une femme sur dix est touchée par une cystite et 20 % d'entre elles rechutent. On parle de cystite récidivante lorsque le nombre annuel des infections dépasse quatre épisodes. Face à cette pathologie chronique, il est alors possible de proposer un traitement thermal complémentaire et régulier.

Le volume du flux urinaire joue un rôle essentiel dans cette pathologie chronique. Plus la diurèse est importante, plus les éventuels micro-organismes se retrouvent dilués. En plus, si les mictions sont plus fréquentes suite à un remplissage vésical rapide, les germes sont expulsés avant de se multiplier. C'est le bénéfice de la chasse urinaire. En pratique, la diurèse optimale doit dépasser 1,5 litre par jour, les vidanges doivent être régulières et complètes, environ toutes les trois heures.

On a mis en évidence des points sensibles qui peuvent initier ces cystites. L'existence d'un résidu post-mictionnel et de tout autre type de stase urinaire constitue un « réservoir » et représente un terrain de prédilection. Des facteurs génétiques jouent aussi un rôle dans la prédisposition. Les femmes qui ne secrètent pas d'antigènes de groupe sanguin expriment sur leurs cellules urothéliales du sialosyl galactosylgloboïde qui fournit des sites d'adhésion à la bactérie *Escherichia coli*. La faible longueur de l'urètre de la femme favorise la colonisation de la vessie par voie ascendante en particulier lors des rapports sexuels. Le prolapsus qui peut entraîner une mauvaise vidange de la vessie prédispose également à la cystite. Lors de la grossesse, la compression des

uretères par l'utérus entraîne une stase urinaire dans l'uretère et les cavités pyélocalicielles. Enfin, les troubles du transit, et la constipation en particulier, sont des facteurs favorisant les cystites.

UN TRAITEMENT SUR LA DURÉE

En consultation, le spécialiste peut proposer une échographie de l'appareil urinaire et une cystoscopie pour éliminer toute présence de résidu, de tumeur ou d'anomalie inflammatoire. Face à une cystite récidivante, l'AFU (Association française d'urologie) préconise un traitement précoce, à renouvellement séquentiel d'antibiotiques et la canneberge comme traitement de fond.

Des études menées dans la station thermale de la Preste sur des patientes souffrant de cystites et sur les mécanismes de l'eau thermale* voient le jour. La nécessité de conduire des études dans un souci de rigueur scientifique avec une méthodologie adaptée s'impose quand on lit les derniers chiffres cités sur le site du Centre d'études et d'information des eaux de la Preste** : après une cure, 196 patientes passent de 5,76 épisodes à 2,26, diminuant le nombre de jours d'antibiothérapie de 161 à 57. Après deux cures, ce sont 1,75 épisodes de cystite par an et 43 jours d'antibiotiques. Un horizon qui s'éclaire !



Entretien avec le Pr Philippe Ballangé, service d'urologie, CHU de Bordeaux

Quelles propositions peut-on faire aujourd'hui à une patiente atteinte de cystites récidivantes ?

Il est évident que la médecine est un peu déconcertée par ces troubles. Il faut donc expliquer à la patiente qu'elle a peu de chance d'être définitivement débarrassée de son problème. Cependant, il s'agit de lui donner les moyens d'une prise en charge autonome en la médicalisant le moins possible et en renouvelant la prévention. Les conseils d'hygiène de vie pour prévenir les épisodes infectieux et

la nécessité de boire de façon suffisante et régulière (1,5 l par jour) pour assurer une chasse et une vidange qui éliminent les germes, font partie de cette éducation.

Quels avantages, selon vous, représentent les cures thermales ?

La patiente apprend justement à boire. La cure de boisson permet de contrôler les bactéries et l'inflammation. Par ailleurs, les effets ioniques de l'eau thermale commencent à être reconnus. Ensuite, les trois semaines de cure permettent un apprentissage du contrôle de certains risques favorisant la survenue de cystites. On sait par exemple qu'il existe une relation étroite entre les épisodes de constipation et de cystites. Une éducation à l'hygiène alimentaire et un encourage-

ment à l'activité physique peuvent être dispensés dans cet environnement thermal. Un séjour peut alors améliorer la patiente.

Existe-t-il des résultats d'étude sur les cystites ?

Les médecins ne sont pas formés à la médecine thermique et le contexte socioprofessionnel ne facilite pas les prescriptions de trois semaines. Personnellement, j'envoie quelques patientes en cure chaque année. Si on en connaît les résultats positifs, il serait important qu'ils soient publiés dans de grandes revues. Un traitement complémentaire qui favorise la diminution du nombre d'épisodes, les douleurs associées et du même coup le nombre de prises d'antibiotiques doit faire parler de lui.

* *Ionic solutions and possibilities of prevention of recurrent cystitis.* Benoit JM, Berges JL, Falcou M, Jeanjean P, Jourfier C. *Prog Urol.* 2006, Apr;16(2):163-7

** **HYPERLINK** "<http://www.ceiep-lapreste.com/>" www.ceiep-lapreste.com