

Infection urinaire : que faire ?

Publié le 30/06/2021

|
2 minutes de lecture

|
Ecrit 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.

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 ou des douleurs au moment d'uriner ;
- 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.

Comment soigner et prévenir une infection urinaire naturellement ?

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

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

Avis Cysticalm

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.

* 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	<input type="text"/>
Votre nom	<input type="text"/>
Envoyer à	<input type="text"/>
Message	<input type="text"/>

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