



## Vessie hyperactive

🕒 paru le 16/09/2020 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 01/10/2020

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### De quoi s'agit-il ?

La vessie hyperactive est une affection sans cause claire. Le principal symptôme est un besoin urgent d'uriner. Il peut être accompagné d'un besoin d'uriner souvent (plus de 8 fois par 24h) (pollakiurie) ou d'un besoin d'uriner la nuit (plus de 2 fois par nuit).

Les personnes qui souffrent de vessie hyperactive peuvent aussi avoir des fuites involontaires d'urine (incontinence par impériosité).

### Chez qui et à quelle fréquence survient-elle ?

Dans l'ensemble de la population, l'affection touche environ 5 personnes sur 10 000, tant les hommes que les femmes. Par contre, la fréquence augmente avec l'âge et survient chez 15 personnes de plus de 75 ans sur 10 000. L'incontinence survient 2 fois plus souvent chez les femmes.

### Comment la reconnaître ?

Un besoin pressant d'uriner est la plainte la plus fréquente pour cette affection. Mais cette urgence urinaire peut naturellement aussi survenir avec de nombreux autres troubles. C'est pourquoi il est conseillé de contacter le médecin si vous remarquez un changement dans la fréquence de devoir uriner. Il essaiera de trouver un diagnostic exact.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

En vous posant des questions spécifiques, le médecin tentera d'abord d'avoir une idée claire du problème. Tenir un journal urinaire est très important. Vous devez y noter pendant plusieurs jours quand et quelle quantité vous buvez et urinez. Cela donnera au médecin des informations sur la nature et la gravité du problème (par exemple, le nombre de fois où vous avez uriné, la fréquence pendant la nuit, la quantité totale de vos urines, le volume que vous urinez).

De plus, le médecin effectuera un examen gynécologique chez la femme et un examen de la prostate chez l'homme. Il vous demandera aussi un échantillon d'urines pour l'examiner en laboratoire. Ces analyses lui permettent d'exclure un certain nombre d'autres maladies, comme :

- maladies de la vessie : inflammations, calculs de la vessie, gonflements de la vessie ;
- tumeurs dans le bassin ;
- atteinte du système nerveux : sclérose en plaques (SEP), maladie de Parkinson, démence, impact du diabète ;
- chez la femme : descente de la vessie ;
- chez l'homme : obstruction de la vidange vésicale à cause de problèmes de prostate ou d'urètre.

### Que pouvez-vous faire ?

Un certain nombre de changements dans le mode de vie peuvent réduire les symptômes. Il peut être utile d'adapter vos habitudes de consommation et d'éviter le café, le thé, l'alcool et les boissons gazeuses.

### Que peut faire votre médecin ?

Le médecin peut vous renseigner sur les méthodes d'entraînement de la vessie. Il peut également vous orienter vers un kinésithérapeute pour des exercices du plancher pelvien.

Chez les femmes souffrant d'atrophie urogénitale due à la ménopause, un traitement local aux hormones peut permettre d'améliorer les problèmes urinaires.

Le médecin peut vous prescrire des médicaments pour réduire les symptômes. Ceux-ci provoquent malheureusement souvent des effets secondaires comme des vertiges, des nausées, la bouche sèche et les yeux secs.

Chez les hommes, le médecin prescrira des médicaments adaptés s'il pense qu'une hypertrophie de la prostate contribue au problème.

Si l'amélioration est insuffisante au bout de quelques mois de traitement, le médecin généraliste peut vous orienter vers un urologue pour des examens complémentaires.

### En savoir plus ?

- [Avoir du mal à contrôler son envie d'uriner - La vessie hyperactive – CHU Montréal](#)

### Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Vessie hyperactive' \(2009\), mis à jour le 23.05.2017 et adapté au contexte belge le 14.04.2019 – ebpracticenet](#)
- [Banque de données Intego](#)