



## Urines abondantes (polyurie)

🕒 paru le 19/12/2019 • adapté au contexte belge francophone

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 polyurie est une affection caractérisée par des urines anormalement abondantes. Si vous urinez plus de 3 litres par jour, vous souffrez peut-être de polyurie. Ce n'est pas la même chose que la [pollakiurie](#) ; dans ce cas, vous devez uriner fréquemment, mais en petites quantités.

### Causes

Les trois causes les plus fréquentes de polyurie sont :

- Le [diabète sucré](#) : comme vous avez [trop de sucre dans le sang](#), vous produisez plus d'urine pour l'éliminer. Les urines contiennent, elles aussi, une forte [concentration de sucre](#).
- Le [diabète insipide](#) : dans le cadre de cette affection, la quantité d'hormone antidiurétique (ADH) sécrétée dans le cerveau est insuffisante. Cette hormone a pour fonction de vous empêcher d'uriner de manière excessive. Il se peut également que vos reins soient insensibles à l'hormone. Dans ce cas, vos urines sont très diluées.
- La [consommation excessive de liquides \(polydypsie\)](#) peut avoir des causes d'ordre psychique, telles qu'un besoin compulsif de boire, ou peut être due à un trouble au niveau du centre de la soif, qui est situé dans le cerveau. Là aussi, vos urines sont très diluées.

### Quelle est sa fréquence ?

La polyurie est courante dans les nouveaux cas de [diabète](#), qui ne sont pas encore sous traitement. Les autres causes sont assez rares.

### Comment la reconnaître ?

Si vous urinez plus de 3 litres par 24 heures, vous souffrez peut-être de polyurie. Dans les cas extrêmes, vous pouvez uriner jusqu'à 20 litres par jour ! Vous devez aussi [souvent uriner](#) pendant la nuit.

La polyurie s'accompagne parfois d'une [bouche sèche](#) et d'une grande sensation de soif. Certaines personnes boivent constamment, la nuit comme le jour.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

#### Discussion et examen clinique

Le médecin vous posera diverses questions concernant vos éventuels antécédents de troubles urinaires, vos habitudes urinaires et votre mode de vie. Il vérifiera également si les [médicaments](#) que vous prenez peuvent être en cause. Chez l'homme, il effectuera un [examen de la prostate](#).

## Bilan sanguin et analyse d'urine

Pour le bilan sanguin, la prise de sang sera idéalement faite à jeun, pour que le médecin puisse contrôler votre taux de sucre dans le sang (glycémie) et s'orienter ou non vers un diagnostic de [diabète](#). Un [échantillon d'urine](#) sera également analysé pour en mesurer la concentration et détecter une éventuelle [infection des voies urinaires](#).

## Journal de contrôle des boissons et des mictions

Le médecin vous demandera peut-être de tenir un journal, dans lequel vous noterez tout ce que vous buvez, ainsi que la fréquence et le volume de vos urines sur 24 heures. Certaines personnes urinent souvent, mais trop peu à chaque passage aux toilettes.

## Diabète insipide

Si la cause demeure inconnue mais que tout indique la présence d'une polyurie, le médecin vous demandera une nouvelle prise de sang et un nouvel [échantillon d'urine](#) mais, cette fois, après une nuit sans boire. Les résultats permettront au médecin de poser, le cas échéant, le diagnostic de diabète insipide et de vous orienter vers un spécialiste pour le traitement et les examens complémentaires.

## Que pouvez-vous faire ?

La polyurie est généralement un problème compliqué, face auquel vous êtes impuissant. Ne laissez pas traîner les choses ; consultez le médecin généraliste.

## Que peut faire votre médecin ?

Le traitement de la polyurie dépend de sa cause.

- Si le médecin diagnostique un [diabète sucré](#), il traitera naturellement cette affection.
- S'il suspecte une [autre cause](#), il vous orientera vers un spécialiste. Il peut s'agir d'un spécialiste des reins (néphrologue) ou d'un spécialiste des problèmes hormonaux (endocrinologue).

## Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Polyurie' \(2000\), mis à jour le 07.08.2017 et adapté au contexte belge le 14.04.2019 – ebpracticenet](#)