



Fondation d'aide  
aux personnes  
incontinentes  
(Canada)

**Membres du conseil  
d'administration**

**Présidente**

Mme. Elaine McCallum, LL. B.

**Présidente sortante**

Mme. Anita Saltmarche, R.N., MHSc,

Mme. Bonny Brunet

Mme. Cheryl Gartley

Dr. Sender Herschorn, MD, FRCSC

Dr. Katherine Moore, RN, MN, PhD

Dr. Luc Valiquette, MD, FRCSC

Dr. Harold Drutz, MD, FRCSC

Mme. Claudia Brown, PT

Mme. Lily Shatsky

**Comité consultatif**

M. Mark Adesky, LL. B.

Dr. Darius Bagli, MD.

Dr. Michael Borrie, MD, FRCPC

Dr. Susan Bowles, Pharm. D.

Dr. Jacques Corcos, MD

Dr. Catherine Flood, MD, FRCSC

Dr. Jerzy Gajewski, MD, FRCSC

Dr. George Kuchel, MD, FRCP

Mme. Fran Monkman, RN

Mme. Louise Perrin, PT

Dr. Peter Pommerville, MD, FRCSC

Dr. Sidney Radomski, MD, FRCSC

Mme. Carole Riback, M.Ed

Dr. Lynn Stothers, MD, FRCSC

M. Ted Wise

**Directrice générale**

Mme. Ruth Pelletier

**Adjointe Administrative**

Mme. Sonia Mancini

B.P. 30, Succursale Victoria  
Westmount, Qc, H3Z 2V4

Tél. (514) 488-8379  
Télécopieur: (514) 488-1379

Courriel:  
help@continence-fdn.ca

Site web:  
www.continence-fdn.ca

No. d'enregistrement  
# 89004 4746 RR0001

Fondation d'aide aux personnes incontinentes (Canada)

# L'INFORMATEUR

12<sup>ème</sup> ÉDITION

Reproduit de l'édition de décembre 1996

## LA SCLÉROSE EN PLAQUES ET L'INCONTINENCE URINAIRE

Par Dr. Sidney B. Radomski, M.D., F.R.C.S.C.

Professeur agrégé de chirurgie,

Université de Toronto, Division d'Urologie

Directeur du laboratoire d'étude urodynamique

Hôpital Toronto Western (University Health Network)

La sclérose en plaques est une maladie du système nerveux qui touche différentes catégories de gens et les affectent différemment. Presque deux fois plus de femmes que d'hommes en souffrent. La maladie évolue en présentant des phases de crises et de rémissions. Le plus souvent elle va se traduire par une faiblesse dans les membres, des spasmes musculaires, des problèmes de coordination, des troubles urinaires. Plus de 80% des personnes atteintes vont souffrir de troubles urinaires, d'une façon ou d'une autre, au cours de leur maladie. Ceux-ci vont se manifester de façon intermittente, comme les autres problèmes neurologiques.

### SYMPTÔMES

Généralement, on trouve parmi les premiers symptômes l'envie d'uriner souvent (fréquence), le besoin impérieux d'uriner (urgence), l'incapacité de se rendre à temps aux toilettes (miction impérieuse), le besoin d'uriner plus souvent la nuit (nocturie). Ces troubles sont dûs à des contractions vésicales involontaires qui peuvent se produire soudainement et

provoquer des fuites d'urine. Dans certains cas, il peut y avoir de la difficulté à uriner, un problème de résidu d'urine dans la vessie après une miction incomplète ou une faiblesse du jet urinaire. Les malades peuvent également souffrir d'incontinence fécale, de constipation et de problèmes d'ordre sexuels. Il est fréquent que plusieurs symptômes se manifestent en même temps.

Tous les malades ayant des troubles urinaires devraient demander au professionnel de la santé qui les traite de leur faire passer, si possible, des examens spéciaux de l'urètre et de la vessie, appelés examens urodynamiques.

### TRAITEMENT

Le traitement est établi d'après la gravité des symptômes et le résultat des examens urodynamiques. Si le diagnostic ne révèle que des contractions vésicales spasmodiques, plusieurs choses peuvent être faites pour améliorer cet état. Il faut d'abord éviter les produits contenant de la caféine, comme le café, le thé, le

chocolat, le cacao et les sodas à base de cola. La caféine peut aggraver les contractions en agissant directement sur la vessie; elle a aussi pour effet d'augmenter la production d'urine. Il est recommandé d'éviter de prendre trop de liquides pendant la journée ainsi qu'avant d'aller au lit et de ne plus rien boire après 20h ou 21h. L'absorption quotidienne de liquide ne devrait pas dépasser 1 litre et demi à 2 litres (en incluant les soupes, les fruits et les légumes).

Certains médicaments relaxants pour la vessie peuvent être très efficaces. Cependant, à différents degrés, ils présentent des effets secondaires comme la sécheresse de la bouche, la constipation et la fatigue.

La personne ayant de la difficulté à vider sa vessie complètement – ce qui signifie qu'elle garde un résidu d'urine – peut avoir recours à l'autosondage intermittent propre. Elle-même ou la personne soignante vide la vessie plusieurs fois par jour à l'aide d'un tube très fin. Ce procédé devrait être enseigné par un professionnel de la santé qui expliquera comment le faire correctement. Bien utilisé, c'est un moyen qui peut être très efficace, avec peu d'effets secondaires. La possibilité d'infection urinaire existe mais elle est rare lorsque tout est fait correctement. Dans certains cas, il peut être nécessaire de poser une sonde à demeure, c'est-à-dire de laisser en permanence un tube à l'intérieur de la vessie. Cette solution augmente le risque d'infection urinaire et de calculs vésicaux.

Si les examens urodynamiques montrent des contractions involontaires de la vessie et du sphincter, on peut avoir recours à la fois aux médicaments, pour diminuer les contractions spasmodiques et à l'autosondage intermittent, pour vider la vessie.

En général, la plupart des personnes atteintes de sclérose en plaques peuvent arriver à vivre avec

leurs troubles urinaires. Des traitements efficaces et des moyens palliatifs bien adaptés leur sont proposés. Certains changements de comportement et d'habitudes peuvent même aider à atténuer le problème, comme le choix de l'horaire mictionnel, la suppression des envies urgentes et bien d'autres, selon le degré de mobilité et la possibilité d'accès à une personne soignante. S'il n'y a pas de traitement réel possible, le choix d'un produit pour l'incontinence, bien adapté aux besoins, peut faire une grande différence lorsqu'on parle de confort et de traitement palliatif des fuites.

Si vous souffrez de sclérose en plaques et avez des troubles urinaires, consultez un professionnel de la santé, spécialiste en incontinence, qui vous aidera à traiter vos problèmes au fur et à mesure qu'ils se présenteront et évolueront. Des examens urodynamiques aideront à établir le bon diagnostic et le traitement approprié dans votre cas.

*Toute cette information peut sembler difficile au premier abord. Ce que vous devez savoir est que les choix existent et que les comprendre vous permettra de devenir l'allié informé du professionnel de la santé qui vous traite. Il est important de discuter avec lui de toutes les options possibles, avec leurs avantages et leurs inconvénients.*

*Pour de plus amples informations sur la sclérose en plaques, vous pouvez communiquer avec la Société Canadienne de la Sclérose en Plaques au 1-800-268-7582, ou par courrier électronique à [info@mssoc.ca](mailto:info@mssoc.ca).*