



- Page 1-2 Recherche sur la vessie hyperactive et l'incontinence
- Page 3 Problèmes des canadiens vivant avec l'incontinence
- Page 4 Faites une différence !
- Page 5 Nouvelles FAPIC
- Page 6 Les commanditaires



# L'informateur

votre ressource d'aide  
aux personnes  
incontinentes

## Recherche sur la vessie hyperactive et l'incontinence

Derek Griffiths

Fondation d'aide aux personnes incontinentes et Université of Pittsburg

La « vessie hyperactive » est un sujet dont on entend beaucoup parler. Ce terme désigne une perte de contrôle de la vessie, dont les symptômes sont les mictions trop fréquentes, un besoin incontrôlable d'uriner et des pertes involontaires (incontinence) lorsqu'un besoin impérieux se fait sentir. L'incontinence - une affection assez courante chez les personnes de tout âge (affectant 6 % de la population) - est beaucoup plus répandue chez les personnes âgées (environ 1 personne âgée sur 6). Il existe plusieurs sortes d'incontinence, mais celle qui se manifeste plus tard au cours de la vie est presque toujours l'hyperactivité de la vessie, soit la perte de contrôle vésical. Souvent très important, ce problème coûte très cher et il occasionne bien des souffrances. Parfois, la vessie hyperactive est due à un accident vasculaire cérébral ou à une maladie comme la sclérose en plaques, mais dans la plupart des cas, la cause demeure inconnue. Le traitement de l'incontinence est délicat. Les médicaments pour traiter la vessie hyperactive ont tous des effets secondaires tels la sécheresse de la bouche ou une mauvaise vidange de la vessie. D'énormes efforts sont déployés pour mettre au point de nouveaux médicaments capables d'agir autrement et de causer moins d'effets secondaires. Mais il faudra attendre un certain nombre d'années avant que de tels produits soient disponibles sur le marché.

Un grand nombre de facteurs affectent la vessie hyperactive et le contrôle de la vessie, et bien des gens ne veulent pas prendre des médicaments toute leur vie. Voilà pourquoi d'autres formes de traitements peuvent sembler attrayantes comme, par exemple, les exercices renforçant les muscles du plancher pelvien (exercices de Kegel), avec la rétroaction biologique (biofeedback) - une façon de vous montrer comment fonctionnent ces muscles. Cette méthode est souvent efficace, mais son fonctionnement est peu évident et elle exige aussi beaucoup de temps; de là son manque de popularité. Dans le laboratoire où je travaille (dirigé par le Dr Neil Resnick), nous avons lancé un nouveau projet pour observer les changements qui s'opèrent lorsque l'état d'une femme, de 60 ans ou plus, s'améliore grâce à la rétroaction biologique. Nous croyons que nous parviendrons ainsi à mieux comprendre les mécanismes, à simplifier le traitement et à le rendre plus accessible. Notre projet est déjà avancé, et nous espérons sous peu publier nos résultats préliminaires.

**« D'énormes efforts sont déployés pour mettre au point de nouveaux médicaments capables d'agir autrement et de causer moins d'effets secondaires »**

Partout dans le monde, de nombreux chercheurs tentent de découvrir pourquoi la vessie devient hyperactive. À l'aide du microscope électronique, le chef de notre équipe a démontré que le muscle de la vessie hyperactive des personnes âgées a une structure spéciale qui laisse croire que cet organe peut être plus irritable qu'une vessie normale. D'autres chercheurs croient que les nerfs fonctionnent différemment dans les vessies hyperactives. L'hyperactivité signifie qu'il existe des spasmes vésicaux. Ainsi, l'un de mes collègues utilise des teintures spéciales fluorescentes pour visualiser les spasmes sous microscope et voir leur point d'origine et la façon dont ils se déplacent à l'intérieur de la vessie. Quant à un autre collègue, il examine la paroi de la vessie pour voir comment elle contribue aux sensations vésicales. | [Suite à la page 2](#) |



## La porte du Petit Coin est toujours ouverte...

Demeurez-y aussi longtemps que vous le souhaitez et revenez quand vous voulez !

Vous ne voudriez tout de même pas rater ce qui se passe au Petit Coin.

Au Petit Coin est un espace où l'on partage expériences, questions, préoccupations, anecdotes et réflexions liées à l'hyperactivité vésicale.

Venez faire un tour au Petit Coin en ligne ou via l'entremise de l'une de nos activités organisées. Vous trouverez de l'information exhaustive et précise par rapport aux traitements disponibles pour contrer les symptômes de l'hyperactivité vésicale et des conseils « style de vie ».

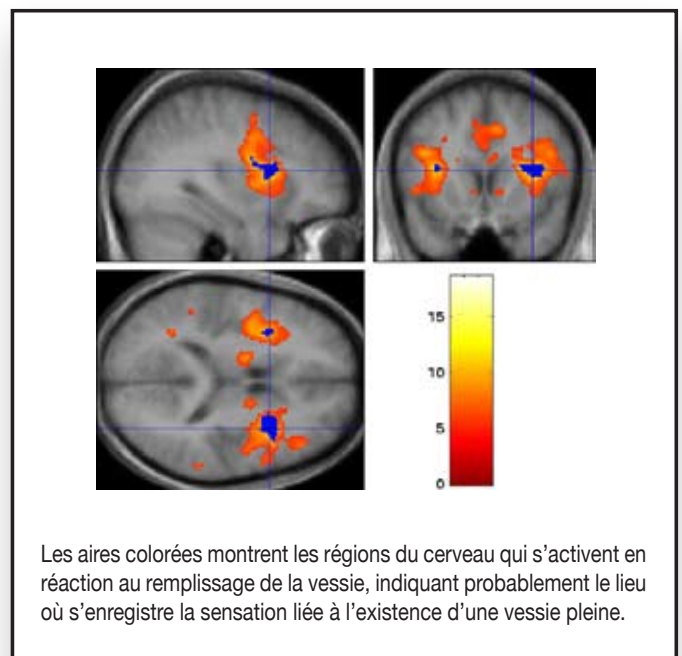
[www.aupetitcoin.ca](http://www.aupetitcoin.ca) ou téléphone 1.888.899.4622

Au Petit Coin doit son existence à une subvention éducative d'Astellas Pharma Canada, Inc., un chef de file dans le domaine de l'urologie.

| Suite de la page 1 | Comme les symptômes de la vessie hyperactive sont plus fréquents chez les personnes âgées, une autre approche consiste à voir comment vieillit la vessie. Par exemple, le volume de la vessie diminue-t-il avec l'âge, ce qui rendrait la fréquence urinaire inévitable ? Dans notre laboratoire, nous avons constaté, qu'en général, la vessie ne rapetisse pas avec l'âge. Mais on a tendance à croire le contraire, car l'hyperactivité vésicale est plus fréquente chez les personnes âgées, et elle les pousse à aller aux toilettes plus souvent.

Tout compte fait, c'est le cerveau qui contrôle la vessie. Par conséquent, si la vessie est difficile à contrôler, le problème pourrait être lié au système de contrôle cérébral et non pas à la vessie. Si cela s'avère exact, il faudra probablement utiliser des traitements forts différents. Le contrôle cérébral de la vessie est un sujet chaud, dont les études ne font que commencer. Nous effectuons des tests pour voir comment diverses régions du cerveau réagissent au remplissage de la vessie en utilisant l'imagerie par résonance magnétique (IRM). Nous cherchons à voir s'il existe une différence entre les personnes qui contrôlent bien leur vessie et les autres qui ont des problèmes (vessie hyperactive). Nos études initiales révèlent qu'il y a effectivement un modèle normal de réactions cérébrales durant le remplissage de la vessie (voir photo), et on constate différents modèles dans le cerveau des personnes avec un mauvais contrôle vésical. Bien que très intéressants, ces résultats exigeront une longue période de suivi et de vérifications dans divers laboratoires avant de mener à la mise au point de nouveaux types de traitements.

Bref, la vessie hyperactive et l'incontinence font actuellement l'objet de nombreuses recherches qui, un jour, donneront lieu à de nouveaux traitements plus efficaces.





# Problèmes des canadiens vivant avec l'incontinence

Il y a plusieurs choix de traitement et produits disponibles pour aider les individus indisposés par l'incontinence, tels que des médicaments, des chirurgies, et des produits pour l'incontinence. Cependant, les personnes souffrant d'incontinence font face à des défis avec chacune de ces aides :

- **De longs temps d'attente pour les soins :** Si un patient surmonte ses craintes et discute de son incontinence avec son médecin, ils auront souvent à attendre de 6 à 9 mois avant de voir un spécialiste. Encore 4 à 6 mois d'attente sont généralement nécessaires pour évaluer leur incontinence, et si la chirurgie est une option, les patients peuvent attendre jusqu'à deux ans pour recevoir le traitement chirurgical dont ils ont besoin.
- **Manque de disponibilité de traitements et de produits :** Plusieurs traitements d'incontinence (tels que des diluants injectables, qui peuvent coûter jusqu'à 2000 \$) ne sont pas couverts par les régimes d'assurance-médicaments publics ou privés, ce qui veut dire que le patient devra déboursier le coût complet du traitement.
- **Manque d'accès aux nouveaux médicaments :** La plupart des médicaments pour vessie hyperactive qui sont couverts par les régimes d'assurance-médicaments provinciaux sont plus âgés et ont des effets secondaires négatifs. De nouveaux médicaments efficaces plus récents soulagent les personnes qui souffrent d'une vessie hyperactive. Cependant, ceux-ci ne sont pas couverts par les régimes d'assurance-médicaments publics.
- **Coût des produits pour l'incontinence :** Chaque année, une personne âgée souffrant d'incontinence vivant à la maison dépensera en moyenne de 1000 \$ à 1500 \$ en produits pour l'incontinence. Ces produits ne sont pas couverts par les régimes d'assurance-santé publics provinciaux, ou par la plupart des compagnies d'assurance-santé privées, ce qui veut dire que l'individu est responsable pour la totalité des coûts de ces produits.

*Dre Lesley Carr, Urologue,  
Sunnybrook Health Sciences,  
présentation, Shedding light  
on a neglected women's health  
issue stress urinary incontinence,  
le 22 septembre, 2006.*





# Faites une différence !

La Fondation d'aide aux personnes incontinentes (Canada) vient de lancer un groupe d'action local en Ontario visant à sensibiliser le public aux effets de l'incontinence urinaire. En ce moment, nous abordons le problème de l'incontinence à l'effort pour les patients et le système de soins de santé. (Notre prochaine initiative traitera d'autres formes d'incontinence). Le projet se concentre également sur les façons d'alléger ces effets. Les leçons apprises seront par la suite employées pour aborder ces mêmes problèmes à travers les autres provinces.

Comme vous le savez, l'incontinence est souvent non rapportée et par conséquent la prédominance de la condition est en grande partie inconnu au public et aux politiciens. Il est important, à la veille d'une période pré-électorale provinciale, que les membres de la Fondation fassent entendre leur voix dans tous les coins de la province. Il est impératif que les membres communiquent leur message à chaque candidat pour l'Assemblée législative de Queen's Park et à chaque partie politique en Ontario bien avant l'élection. Obtenir l'accord des politiciens est un processus progressif — et donc nous devrions commencer maintenant à nous assurer que nous influençons des décisions relatives au traitement de l'incontinence l'année prochaine.

Afin de stimuler le changement et d'influencer la prise de décision, il est recommandé de commencer au niveau local. Comme première étape, la Fondation a écrit une lettre à tous les députés provinciaux du Parti libéral afin de les sensibiliser au problème de l'incontinence, établir un rapport avec eux et faire fond peu à peu sur ces rapports. Cependant, ce n'est pas assez pour la Fondation de seulement écrire aux députés provinciaux. À cet égard, une patiente et la porte-parole de la Fondation, Hilda Dubé a également écrit une lettre à chaque député provincial du Parti libéral pour fournir des informations au sujet de la façon dont l'incontinence à l'effort a affecté sa vie et ce que le gouvernement peut faire pour alléger les effets souvent dévastateurs de la condition.

Il est très important que chacun de vous communique avec votre député local de la même manière. Pour que les élus puissent soutenir votre position ils doivent d'abord la comprendre. Par conséquent, votre message concernant l'incontinence à l'effort aux politiciens devrait inclure : comment ça vous affecte — ou vous a affecté; les mesures que vous prenez — ou avez prises — pour la traiter tous les jours; et toutes procédures chirurgicales que vous avez entreprises — ou êtes en train de considérer — afin d'alléger votre condition. Ils peuvent alors prendre des décisions éclairées au sujet du besoin de traitement approprié de l'incontinence à l'effort. Une fois que vous aurez écrit des lettres, il sera important de prendre un rendez-vous avec votre député afin d'expliquer entièrement l'incontinence à l'effort et ce qui est nécessaire pour assurer que les femmes aient les meilleurs soins de santé pour la traiter.

La confiance et le respect mutuels sont primordiaux pour faire réussir n'importe quelle campagne d'action. Pour cette raison, le processus de bâtir un rapport est prolongé. En outre, puisque ce problème n'a pas un profil public élevé, établir des associations graduellement est la manière la plus efficace pour assurer le succès. Cependant, étant donné les contraintes de temps — l'élection provinciale aura lieu dans moins d'un an — il est très important qu'un grand nombre de bénévoles viennent en aide à la campagne d'action. La Fondation aidera les membres à préparer des lettres et établir le contact avec leur député local. Nous vous fournirons également des messages et la formation appropriés pour des visites aux bureaux des députés.

Le gouvernement provincial et les députés doivent entendre votre histoire. Ils sont constamment bombardés avec des problèmes dont ils doivent s'occuper. Donc, nous devons capter leur attention et les sensibiliser. Vous pouvez le faire — chacun de nous peuvent le faire. Commençons maintenant. Veuillez contacter Jacqueline Cahill en composant le 705-750-4600 et nous aviser que vous êtes prêt, disposé et capable de communiquer votre message à votre député local et à Queen's Park. Il faut le faire maintenant. Nous avons besoin de votre aide afin d'assurer que les ressources appropriées sont disponibles pour le traitement approprié de ceux qui souffrent de l'incontinence à l'effort.

*Offrez vous comme bénévole. Nous avons besoin de vous.*



Si la vue de ces affiches provoque chez vous de l'inconfort, il se peut que vous souffriez de vessie hyperactive. La vessie hyperactive ne fait pas partie du processus normal de vieillissement, c'est plutôt un état pathologique qui entraîne un besoin pressant et fréquent d'uriner immédiatement. Pour en apprendre davantage à ce sujet, demandez votre trousse d'information gratuite par téléphone ou par Internet, à l'adresse indiquée plus bas. Elle contient des renseignements et des options de traitement dont vous pourrez discuter avec votre médecin.



## Les commanditaires de la Fondation d'aide aux personnes incontinentes (Canada)



PRODUITS MÉDICAUX  
*Johnson & Johnson*  
MEDICAL PRODUCTS  
A DIVISION OF *Johnson & Johnson*, INC.



MarketForce  
COMMUNICATIONS INC.

GYNECARE • PURDUE • PALADIN • TRITON • Q-MED • LABORIE • JANSSEN-ORTHO

## Fondation d'aide aux personnes incontinentes (Canada)

### Membres du conseil d'établissement

Président - M. David Wm. Ames, Bsc, Msc, CCM  
Vice-président - Dr. Derek Griffiths, PhD  
Représentant des consommateurs - Dr. Tom Alloway, PhD  
Représentante du secteur - Mme Terri-Jean Geddis, B.A. Econ  
Mme Frankie Bates, RN, NCA  
Mme Claudia Brown, PT  
Dr. Kevin V. Carlson, MD, FRCSC  
Dr. Harold Drutz, MD, FRCSC  
Dr. Scott A. Farrell, BA, BEd, MD, FRCSC  
Dr. Jerzy Gajewski, MD, FRCSC  
M. Michael Gareau  
Mme Dianna MacDonald, PT  
Mme Fran Monkman Rosenberg, RN, NCA  
Dr. Jane A. Schulz, Bsc, MD, FRCSC  
Dr. Luc Valiquette, MD FRCSC

Directrice : Jacqueline Cahill  
Conception et mise en page : vectorandshift

## L'informateur

votre ressource d'aide  
aux personnes incontinentes

B.P. 417, Peterborough (Ontario) K9J 6Z3  
Téléphone: (705) 750-4600 • Sans frais : 1-800-265-9575  
Courriel: [help@continence-fdn.ca](mailto:help@continence-fdn.ca) • [www.continence-fdn.ca](http://www.continence-fdn.ca)

© 2007 La Fondation d'aide aux personnes incontinentes (Canada). Aucune partie de ce bulletin ne peut être reproduite, transmise ou enregistrée sous aucune forme ou par aucun moyen, si manuel, électronique ou mécanique, dans aucun système de stockage d'information sans l'autorité écrite de la Fondation d'aide aux personnes incontinentes (Canada). Le contenu de ce bulletin ne reflète pas nécessairement les avis de la Fondation d'aide aux personnes incontinentes (Canada) et ne peut pas être interprété comme tels. Les suggestions contenues dans ce bulletin ne sont pas censées remplacer le conseil indiqué par les professionnels de la santé autorisés.

Consultez votre professionnel de la santé autorisé avant de débiter n'importe quel traitement. Les renseignements ci-inclus sont pour les buts éducatifs seulement et ne sont pas prévus comme conseil médical.