



Pessaires de continence *pour l'incontinence urinaire*

Les femmes qui souffrent de fuites urinaires ont souvent un des problèmes suivants :

1. **Incontinence par impériosité** – Défaillance du système d'accumulation de la vessie.
2. **Incontinence d'effort** – Défaillance de l'urètre ou de la «valve» qui ferme la vessie.
3. **Incontinence mixte** – Les deux types d'incontinences par impériosité et d'effort en même temps.

L'incontinence d'effort est une défaillance de l'urètre, la «valve» qui ferme la vessie. Les symptômes de l'incontinence d'effort sont les pertes de petites quantités d'urine involontaires causées par une augmentation de la pression sur la vessie (*par exemple, quand une personne tousse, éternue, rit, ou soulève des objets lourds, l'urine s'écoule*).

Les causes de l'incontinence d'effort

1. L'incontinence d'effort est le résultat de l'affaiblissement du support pelvien de l'urètre et/ou de l'affaiblissement du sphincter de l'urètre.
2. Elle peut aussi être causée par les effets de l'accouchement ou la ménopause sur les structures pelviennes.

L'urètre affaibli ne réussit pas à agir comme une valve pour retenir l'urine dans la vessie.

Traitements

Les traitements de l'incontinence d'effort sont conçus pour agir sur les deux problèmes de l'urètre qui causent les fuites urinaires au cours des activités physiques.

Problème 1 | L'urètre n'est pas assez serré.

Solution | Des exercices pelviens (de Kegel) aideront à rendre l'urètre plus serré pour arrêter les fuites.

Problème 2 | L'urètre descend lorsque vous tousssez ou éternuez;

Solution | L'urètre peut être supporté pour ne pas descendre par un pessaire placé dans le vagin ou par la chirurgie.

Pessaires de continence

Les pessaires en usage courant

Un dispositif de support mécanique (*pessaire*) peut être inséré dans le vagin pour supporter l'urètre. Vous ne le percevrez pas à l'intérieur lorsqu'il est ajusté correctement et il aide à arrêter les fuites urinaires. Les pessaires d'incontinence sont disponibles en plusieurs modèles différents. Certains modèles les plus populaires sont les pessaires en anneau (*illustration 1*), l'anneau avec support et bouton (*illustration 2*), et le pessaire en assiette.

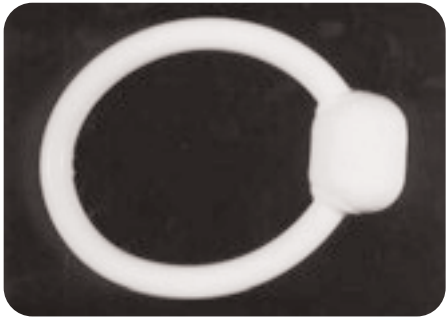


Illustration 1

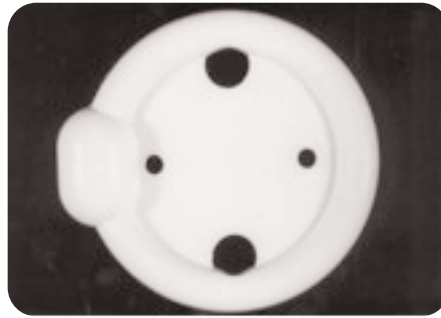


Illustration 2

Les chercheurs ont constaté que jusqu'au 2/3 des femmes qui ont essayé un pessaire de continence continue à l'utiliser à long terme.

Présentement, si vous êtes intéressée à essayer un pessaire de continence, vous devez consulter votre professionnel de la santé (*médecin ou infirmier*) pour l'ajustement. Ils feront une évaluation pour confirmer que vous êtes candidate pour recevoir un pessaire de continence. Ils vous montreront quelques exemples de pessaires et vous expliqueront comment en prendre soin. Une fois bien ajusté, vous serez renvoyée chez vous pour une période d'essai pour évaluer si le pessaire fonctionnera pour vous, pour arrêter les fuites de la vessie. Lors de votre visite de suivi, on vous examinera pour confirmer que le pessaire ne cause pas d'irritation vaginale. La plupart des femmes peuvent apprendre à prendre soin elles-mêmes de leur pessaire et elles n'auront pas besoin de visiter leur médecin plus d'une à deux fois par année.

Les pessaires de l'avenir

Un nouveau pessaire de continence conçu pour être ajusté par une femme sans l'aide d'un professionnel de la santé est attendu en automne 2007. Ce pessaire, nommé Uresta, sera disponible en vente libre dans les pharmacies en jeu de trois pessaires avec un étui. Uresta est conçu pour être facilement inséré et enlevé (*illustration 3*).



Illustration 3

For more information about incontinence contact

The Canadian Continence Foundation

P.O. Box 417, Peterborough, Ontario K9J 6Z3

Tel: (705) 750-4600 • **Helpline:** 1-800-265-9575 • **Fax:** (705) 750-1770

Email: help@continence-fdn.ca • www.continence-fdn.ca