



## Cystite interstitielle

La cystite interstitielle est un trouble chronique et douloureux touchant la vessie. Vous et votre médecin établirez ensemble un plan de traitement à long terme pour maîtriser vos symptômes.

### Qu'est-ce que la cystite interstitielle?

- La cystite interstitielle est un trouble chronique et douloureux touchant la vessie qui peut aussi s'accompagner de douleurs pelviennes.
- Les médecins ne sont pas certain·e·s d'en connaître la cause.
- Il est possible qu'il s'agisse d'un défaut dans la paroi de la vessie qui est irrité par on ne sait quelle substance présente dans l'urine.

### Comment fonctionne la vessie?

(Voir le diagramme *Voies urinaires de l'homme et de la femme*)

- L'urine est produite par les reins et s'écoule ensuite par les uretères jusqu'à la vessie, où elle sera stockée jusqu'à ce que vous ayez besoin d'uriner.

- Lorsque vous urinez, le muscle qui entoure la vessie se contracte afin de pousser l'urine par l'ouverture de la vessie (l'urètre).

### Qui peut contracter la cystite interstitielle?

- La cystite interstitielle est parfois appelée *syndrome de la vessie douloureuse*.
- Les symptômes ressemblent à ceux d'une infection des voies urinaires (IVU), sauf que les examens ne révèlent aucune infection, et la prise d'antibiotiques ne change rien.
- N'importe qui peut être atteint de cystite interstitielle.
- Les femmes (90 % des cas) en sont beaucoup plus souvent atteintes que les hommes.
- Dans tous les cas, il existe un traitement pour atténuer les symptômes, mais il n'entraîne pas la guérison.

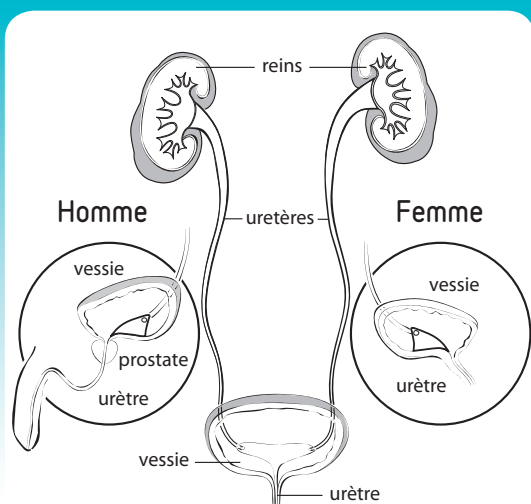
### Quels sont les symptômes de la cystite interstitielle?

- Les symptômes de la cystite interstitielle varient quant au type, à la durée et à la gravité.

En voici quelques-uns :

- Besoin d'uriner très souvent, de jour comme de nuit.
- Envies très pressantes d'uriner qui ne peuvent être réprimées. Ces envies pourraient s'accompagner d'une aggravation de la douleur ou de la pression dans le pelvis.
- Sensation de brûlure ou de douleur dans le pelvis (y compris la vessie, l'urètre, le vagin, les testicules ou le scrotum).

Les voies urinaires chez l'homme et la femme



# Cystite interstitielle

- Cette douleur est souvent plus intense avant ou après les mictions.
- Dans certains cas, la douleur peut aussi se manifester pendant les rapports sexuels.
- Parmi les autres symptômes, notons des douleurs musculaires générales et une humeur dépressive.
- Chez certaines personnes, d'autres maladies et douleurs chroniques comme la bromyalgie ou le syndrome du côlon irritable peuvent se répercuter sur la cystite interstitielle.

## Comment diagnostique-t-on la cystite interstitielle?

- Pour diagnostiquer certaines maladies, il faut parfois procéder par élimination.
- Poser un diagnostic de cette façon, c'est un peu comme assembler toutes les pièces d'un casse-tête. À mesure qu'on ajoute des pièces, l'image se précise.
- De la même façon, pour diagnostiquer une cystite interstitielle, il faut écarter d'autres maladies, comme : IVU, infection transmissible sexuellement (ITS), cancer de la vessie, et autres troubles ayant des symptômes similaires.
- Il faut aussi souvent recourir à des analyses d'urine et de sang pour poser le diagnostic.
- Un instrument mince (appelé cystoscope) doté d'une petite caméra peut être inséré par l'urètre pour examiner la paroi interne de la vessie (une intervention qu'on appelle cystoscopie) pour écarter d'autres troubles.
- Dans de rares cas, des taches rouges caractéristiques pourraient être observées dans la paroi de la vessie (appelées ulcères de Hunner) qui pourront être traitées pendant la cystoscopie.
- Pour examiner les zones de saignement dans la paroi (appelées glomérulations), on peut délicatement remplir la vessie d'eau à une pression contrôlée (hydrodistension).
- La pression créée par l'hydrodistension peut être très désagréable; c'est pourquoi un anesthésique sera administré.

- Pour établir un diagnostic de cystite interstitielle, il faut chercher les symptômes cardinaux pour pouvoir écarter les autres maladies et vérifier l'effet du traitement.
- Poser un diagnostic de cette façon nécessite de la patience.
- Il est important de savoir que les symptômes de la cystite interstitielle sont réels, et non pas « dans la tête » de la personne atteinte.

## Comment traite-t-on la cystite interstitielle?

- Une fois le diagnostic bien établi, un plan de traitement complet aidera à atténuer et maîtriser les symptômes.
- Le traitement de la cystite interstitielle est complexe et peut reposer sur une association de traitement pouvant inclure :
  - éducation du ou de la patient•e (compréhension de la maladie)
  - interventions personnelles (par exemple en arrêtant de fumer)
  - modification à l'alimentation (voir la section *Comment des modifications à l'alimentation peuvent-elles atténuer la cystite interstitielle?*)
  - médicaments (voir la section *Existe-t-il des médicaments pouvant atténuer la cystite interstitielle?*)
- Vous voudrez peut-être parler à votre médecin d'autres types de traitement utilisés moins souvent ou moins éprouvés, comme l'imagerie guidée ou l'acupuncture.
- Une intervention chirurgicale peut être utile dans quelques cas (voir la section *Quand recourt-on à une intervention chirurgicale?*)
- Même si la guérison n'est pas possible, vous pouvez obtenir une atténuation des symptômes.

## Comment des modifications à l'alimentation peuvent-elles atténuer la cystite interstitielle?

- Il peut être nécessaire d'éviter certains des aliments suivants, car ils peuvent irriter la vessie.
  - Aliments acides et épicés
  - Boissons gazeuses (sodas)
  - Caféine (y compris le chocolat)
  - Autres aliments, comme :
    - les tomates
    - les agrumes et leur jus
    - l'alcool
    - les édulcorants artificiels
- Il vous faudra de la patience pour identifier les aliments qui peuvent irriter votre vessie.
- Vous devrez peut-être éliminer ces aliments de votre alimentation.
- Puis, vous pourriez les réintroduire un par un afin de déterminer lequel ou lesquels sont à l'origine de vos symptômes.

## Quel type de traitement peut atténuer la cystite interstitielle?

- Les méthodes d'entraînement de la vessie semblent aider certaines personnes :
  - Planifiez vos mictions. Par exemple, urinez toutes les 30 minutes, que vous ressentiez une envie ou non. Ensuite, espacez petit à petit vos mictions.
  - Essayez des méthodes de relaxation pour espacer davantage vos mictions.
- Une physiothérapie visant à renforcer les muscles du plancher pelvien peut aider à soulager les symptômes.
- Un dispositif spécial pour stimuler les nerfs (par la production de légères impulsions électriques et appelé dispositif TENS) peut aider le muscle de la vessie à se détendre pour soulager les symptômes.
- Des méthodes reposant sur les soins personnels (p. ex. par l'activité physique et la relaxation pour réduire le stress) peuvent atténuer vos symptômes jusqu'à des niveaux raisonnables.

## Existe-t-il des médicaments pouvant atténuer la cystite interstitielle?

- Bien que les antidépresseurs tricycliques (comme l'amitriptyline) soient généralement utilisés pour traiter la dépression, ils peuvent aussi soulager la douleur liée à la cystite interstitielle (à des doses beaucoup plus faibles).
  - Ils aident à relaxer la vessie.
  - Ils favorisent un meilleur remplissage de la vessie.
  - Ils diminuent la fréquence des mictions.
  - Ils réduisent le nombre de fois où vous vous levez la nuit pour uriner, en raison de leur effet calmant.
- Le polysulfate de pentosan (comme Elmiron®) est utilisé pour traiter la cystite interstitielle.
  - Il doit être utilisé pendant plusieurs mois avant de produire son plein effet.
  - Avec le temps, il peut réparer et maintenir en bonne santé le revêtement qui protège la paroi de la vessie.
- Les antihistaminiques, comme l'hydroxyzine (comme Atarax<sup>MC</sup>), peuvent être utiles, surtout en raison de leur effet calmant.
- Dans certains cas, d'autres types de médicaments sur ordonnance peuvent atténuer les symptômes de la cystite interstitielle, tels que :
  - les anticonvulsivants (comme la gabapentine)
  - les anti-inflammatoires (comme l'ibuprofène)
  - les analgésiques de type narcotique (médicaments contenant de la codéine ou de l'oxycodone)
  - les agents relaxants pour la vessie (comme la toltérodine ou l'oxybutynine)
  - des médicaments pour réduire l'acidité de votre urine
- De nouveaux médicaments oraux sont toujours en cours de mise au point pour aider à traiter ce problème épineux.

## Existe-t-il des médicaments qui peuvent être administrés directement dans la vessie?

- Des médicaments peuvent être introduits directement dans la vessie par un tube étroit passé dans l'urètre (ce qu'on appelle une instillation vésicale).

- Ils aident certain•e•s patient•e•s atteint•e•s de cystite interstitielle en réduisant l'enflure et en réparant le revêtement endommagé qui protège la paroi de la vessie. Les médicaments utilisés pour l'instillation vésicale sont les suivants :

- DMSO (Rimso®)
- glycosaminoglycane (héparine ou Cystistat®)

- Les instillations vésicales ont d'abord lieu chaque semaine, puis moins souvent.

La recherche continue à trouver de meilleurs traitements et un remède pour la cystite interstitielle et à nous en apprendre davantage sur cette maladie.

*La cystite interstitielle est une affection douloureuse et chronique de la vessie que les médecins ont du mal à diagnostiquer. Il est également difficile pour les patient•e•s de la comprendre et de composer avec ses symptômes. Une fois le diagnostic posé, votre urologue et vous pouvez mettre au point un plan de traitement à long terme spécialement conçu pour vous, afin que vous puissiez prendre en charge et maîtriser vos symptômes.*

## Quand recourt-on à une intervention chirurgicale?

- Si rien d'autre n'a fonctionné, une intervention chirurgicale majeure peut être envisagée pour le traitement de la cystite interstitielle, par exemple :
  - Augmentation de volume de la vessie
  - Ablation de la vessie
  - Dérivation urinaire pour contourner la vessie (comme la collecte d'urine dans un sac à l'extérieur du corps)
  - Ces interventions peuvent avoir des complications graves.
  - Il se peut que la douleur persiste.

Cette publication est produite par

Canadian Urological Association  
The Voice of Urology in Canada



Association des Urologues du Canada  
La voix de l'urologie au Canada

Cette publication est approuvée par



ASSOCIATION DES  
UROLOGUES  
DU QUÉBEC

Les informations présentées dans cette publication ne visent pas à remplacer une opinion médicale ni à se substituer à la consultation d'un•e médecin qualifié•e. L'Association des urologues du Canada décline toute responsabilité, légale ou autre, causée de quelque façon que ce soit, incluant la négligence, pouvant découler des informations contenues ou référencées dans cette brochure.

© 2022. Association des urologues du Canada. Tous droits réservés.

[cua.org](http://cua.org)