



RÉÉDUCATION PELVIENNE EN INCONTINENCE

Centre de Réadaptation

Service de Médecine Physique
Réadaptation

Rhumatologie



absI Werken Glorieux | ch Glorieux
Avenue Glorieux 55, B-9600 Ronse
T 055 23 30 11, F 055 23 30 22
www.azglorieux.be, info@azglorieux.be

11/04/2017
FYG02_FR

L'incontinence urinaire ou la perte d'urine peut se rencontrer à tout âge tant chez les jeunes enfants, les adolescents que les adultes.

QU'EST-CE QUE L'INCONTINENCE URINAIRE?

Elle se caractérise par des pertes d'urine incontrôlées à des moments indéterminés. Les personnes présentant ces dérèglements peuvent souffrir de divers problèmes au point de vue social, psychique, sexuel et financier. Dans certains cas, la confiance individuelle ainsi que la personnalité peuvent régresser.

QUELLES SONT LES CAUSES?

Chez l'enfant:

- ne pas prendre le temps d'uriner;
- uriner souvent par petites quantités.

Chez la femme:

- après la grossesse (l'accouchement);
- mauvaise manière d'uriner;
- boire insuffisamment;
- hystérectomie (ablation de l'utérus);
- stress;
- dérèglements hormonaux.

Chez l'homme:

- problèmes de prostate.

QUELLES SONT LES DIFFÉRENTES FORMES D'INCONTINENCE?

Chez l'enfant:

- vessie trop petite;
- vessie nerveuse;
- vessie paresseuse;
- pertes nocturnes;
- pertes lors du rire.

Chez l'adulte:

- incontinence lors d'efforts;
- incontinence d'urgence;
- vessie trop active;
- incontinence provoquée par le surplus urinaire;
- incontinence "gouttelette";
- constipation et incontinence anale.

COMME SE SOIGNER?

- ✓ Apprendre à sentir sa vessie.
- ✓ Ne pas aller trop souvent à la toilette.
- ✓ Ne pas se retenir trop longtemps.
- ✓ Apprendre à se retenir en serrant les muscles pelviens.
- ✓ Apprendre à contrôler la quantité d'urine dans la vessie.
- ✓ Savoir sentir le besoin d'uriner.
- ✓ Se positionner correctement sur la toilette.

QU'EST-CE QUE LA RÉÉDUCATION PELVIENNE?

Elle est pluridisciplinaire:

- renforcement de la ceinture pelvienne;
- électrostimulation;
- entraînement par biofeedback;
- application concrète.



A QUI S'ADRESSE CETTE THÉRAPIE?

Elle s'adresse aux personnes présentant de l'incontinence liée à l'effort ou à l'urgence urinaire ainsi que fécale.

COMMENT AIDER CETTE THÉRAPIE?

Pour réussir, le patient doit être motivé, s'exercer régulièrement et rester discipliné.

Les résultats aideront la personne incontinente à réintégrer une place normale dans la société.

POUR TERMINER

Si, après la lecture de ce folder, vous avez encore des questions, posez les quand vous arrivez au service avant votre examen. Le médecin est à votre disposition pour toute information complémentaire.

PERSONNES À CONTACTER

Médecins:

Médecine Physique - Réadaptation:
Dr. K. Vandenecker, chef du service
Dr. L. Huyghebaert

Secrétariat: Tél. 055/23 36 52
Fax 055/23 36 56

Chef de service

Mme V. Vandenabeele
Tél. 055/23 36 54

RENDEZ-VOUS

Date:

Heure:

Service:

Si, en raison de circonstances imprévues, l'examen ne peut se dérouler, prière d'avertir le service le plus rapidement possible au numéro du service de Réadaptation: 055/23 36 52.