

## Cystites récidivantes chez les femmes

**En cas de cystites aiguës récidivantes, quelques mesures simples et un traitement antibiotique court à chaque épisode suffisent dans la majorité des cas.**

### En prévention : boissons, cranberry ?

- Boire suffisamment et uriner régulièrement dans la journée sont des mesures souvent préconisées, mais il n'est pas certain qu'elles diminuent vraiment le risque de récurrences.
- La consommation quotidienne d'environ 750 ml de jus de cranberry (canneberge à gros fruits), ou l'équivalent sous forme concentrée, est parfois aussi proposée. Il semble qu'elle diminue un peu le nombre de récurrences, mais le jus de cranberry ne permet pas la guérison d'une cystite. Chez les personnes prenant des anticoagulants antivitamine K, le jus de cranberry peut favoriser les saignements.

### Préférer un antibiotique en cure courte à chaque récurrence

- En cas de cystites récidivantes, prendre un antibiotique dès l'apparition des symptômes à chaque nouvelle cystite aiguë accélère la guérison, tout en évitant une utilisation d'antibiotique de manière continue. Le médecin peut prescrire ce traitement à l'avance.
- Sauf exception, dans les cystites simples, la *fosfomycine trométamol*, en prise unique de 3 g par la bouche, est l'antibiotique de premier choix. Cet antibiotique provoque parfois des nausées, des diarrhées et des éruptions cutanées. La *fosfomycine trométamol* expose à peu de résistances des bactéries.
- D'autres antibiotiques sont à réserver aux cas d'échecs de la *fosfomycine trométamol* ou sont moins certainement efficaces. Ils exposent plus souvent à des effets indésirables parfois graves.
- Quand les troubles persistent au-delà de 48 heures malgré l'antibiotique, ou en présence de fièvre ou de douleur lombaire, il est préférable de consulter un médecin pour un examen physique et souvent des examens de laboratoire.

- Toute cystite au cours d'une grossesse nécessite un avis médical systématique.
- C'est seulement dans de rares cas de récurrences qu'il est justifié de prendre régulièrement un antibiotique sur une longue durée.

### Cystite et rapports sexuels

- Les rapports sexuels déclenchent parfois des cystites. Lorsque c'est le cas, il est conseillé d'uriner après les rapports sexuels, et d'éviter les spermicides (en crème ou en ovule contraceptif), qui semblent favoriser les récurrences.

©Prescrire - juin 2016

**Sources** • "Cystites aiguës simples chez les femmes" Premiers Choix Prescrire, actualisation mars 2016 : 3 pages.