

Jus de canneberge, une nouvelle prise en charge de l'infection urinaire

En cas de signe clinique patent, tel que l'augmentation notable de la fréquence des mictions, de brûlures mictionnelles, de fièvre, ...un traitement par antibiotique s'impose. Il faudra prévenir leur récurrence par une prise en charge adaptée.

Même asymptomatiques (bactériurie asymptomatique), ces infections sont souvent abusivement traitées par des antibiotiques et de façon répétitive, créant à la longue, des résistances aux traitements (bactérie multirésistante). Dans le cas d'infection urinaire sévère susceptible d'altérer les reins, cette non réponse au traitement peut avoir de graves conséquences. L'antibioprophylaxie systématique des infections urinaires asymptomatiques n'est donc pas conseillée.

Pour prévenir leur récurrence, il faut augmenter l'apport hydrique conduisant à une amélioration de la diurèse et assurer une vidange vésicale régulière et complète, ce qui peut nécessiter un

traitement adapté (alpha-bloquants, sondages intermittents, etc.).

D'autres moyens adjuvants sont à notre disposition : on a proposé l'acidification des urines sous formes de vitamine C ou citronnée... Actuellement, on conseille volontiers la prise de jus de canneberge (cranberry juice).

Un remède naturel venant d'Amérique du Nord

La canneberge est un arbuste donnant des baies rouges au goût acidulé, originaire de la côte nord-est de l'Amérique du Nord (Nouvelle-Angleterre, Canada). Ces baies rouges sont couramment consommées par les Américains sous forme de jus au petit déjeuner, sous forme de pâtisserie (pie) et accompagnent traditionnellement la dinde de Thanksgiving.

Depuis longtemps, les habitants du Nouveau Monde avaient détecté leur vertu protectrice et même curative dans l'infection urinaire,

mais ces constatations étaient purement empiriques. De récentes publications trouvées dans des journaux médicaux anglosaxons faisant autorité tels que *New England Journal of Medicine*, *Journal of Urology*... ont montré que les substances actives présentes dans les baies de canneberge appelées proanthocyanols, empê-

Dr Colette
Benetton
Centre médical
Germaine Revel,
St Maurice
sur Dargoire

Le dysfonctionnement vésico-sphinctérien engendré par la SEP est souvent responsable d'infections urinaires. Celles-ci sont le plus souvent liées à une mauvaise vidange vésicale et à un apport hydrique insuffisant entraînant une faible diurèse.

chaient l'adhésion des *E. Coli* à la paroi vésicale. Ces bactéries, appelées couramment colibacilles sont très fréquemment trouvées dans les cyto-bactériologies urinaires. Du fait de leur action anti-adhésive sur la paroi vésicale, ces substances entraînent l'élimination naturelle des bactéries >

- dans le flux de l'urine ; elles diminuent ainsi le risque d'infection urinaire et préviennent les récurrences. On a aussi émis l'hypothèse qu'elles éviteraient les résistances au traitement. Les proanthocyanidols présentes dans les baies de canneberge ont également été trouvées dans certaines mûres mais sont absentes dans les fruits tels que les oranges, pamplemousses, ananas...

Ses vertus à l'étude

Plusieurs études ont été réalisées en particulier chez les personnes âgées. Elles ont montré une réduction notable de la bactériurie et pyurie (pus dans les urines) après ingestion régulière de jus de canneberge. Cependant, des études beaucoup plus approfondies doivent être

entreprises notamment dans le domaine des vessies neurologiques. (cf. : fiche bleue n° 3 - Les troubles urinaires dans la SEP, Dr. Colette Beneton).

Quant à l'action du jus de canneberge sur les autres bactéries responsables aussi d'infections urinaires, elle n'est pas prouvée.

Il y a quelques années, on pouvait obtenir du jus de canneberge en l'important d'Outre-Atlantique, mais aujourd'hui seule la forme galénique est disponible en France. Par ailleurs, elle est aussi actuellement commercialisée sous forme de gélules de GYNDELTA® que l'on peut trouver dans toutes les pharmacies. On conseille 2 gélules par jour avec une cure de 2 mois renouvelable. Ce produit n'est pas remboursé par la Sécurité Sociale, mais son

prix reste modique.

Une aide supplémentaire

La canneberge constitue un outil supplémentaire dans la prise en charge des infections urinaires. Il doit être utilisé à bon escient et ne doit en aucun cas, remplacer les antibiotiques si ceux-ci s'avèrent nécessaires. Il peut être aussi associé au traitement antibiotique pouvant avoir un effet potentialisateur.

En conclusion, la canneberge, traitement adjuvant vise à diminuer le risque d'infection urinaire, mais il ne doit en aucun cas, faire négliger les mesures élémentaires préconisées contre l'infection urinaire. ■