

Et le jus de canneberges ?

Bien que des études semblent démontrer que le jus de canneberges pourrait réduire le risque d'infections urinaires chez certaines populations, il demeure préférable de s'en tenir aux mesures de prévention usuelles et au traitement prescrit par votre médecin. Cela est sans compter la quantité de sucre contenue dans les jus qui en font des boissons à consommer avec prudence.



Des questions sur le diabète ?

Service InfoDiabète

514 259-3422

1 800 361-3504

infodiabete@diabete.qc.ca

L'école du diabète



universi-d.com



Les infections urinaires et le diabète

Qu'est-ce qu'une infection urinaire ?

C'est une infection causée par la présence de bactéries dans le système urinaire, soit les reins, les uretères, la vessie ou l'urètre.

Lorsque la glycémie, c'est-à-dire le taux de sucre dans le sang, est élevée, le corps cherche à éliminer ce surplus de sucre dans l'urine. L'urine devient alors sucrée, ce qui favorise la multiplication des bactéries.

Consultez un médecin, un pharmacien ou une pharmacienne dès l'apparition d'un ou de plusieurs de ces symptômes :

- Envie d'uriner plus fréquente ;
- Fausse envie d'uriner ;
- Sensation de brûlure en urinant ;
- Urine trouble ou avec une forte odeur ;
- Présence de sang dans l'urine ;
- Douleur au ventre au moment d'uriner ;
- Détérioration de l'état général ;
- Fièvre ;
- Frissons.

Qu'est-ce qui augmente le risque d'avoir une infection urinaire ?

- Avoir une glycémie élevée ;
- Être une femme ;
- Ne pas être circoncis chez les hommes ;
- Avoir des complications du diabète touchant les vaisseaux sanguins, les reins ou les nerfs ;
- Avoir fait une infection urinaire dans la dernière année.

Certains médicaments¹ pour le diabète font uriner du sucre et augmentent donc le risque d'avoir une infection urinaire. Cet effet est généralement plus important dans les premiers mois suivant le début du traitement.

Si vous êtes traité avec l'un de ces médicaments et que les infections urinaires vous préoccupent, n'hésitez pas à en discuter avec votre pharmacien ou pharmacienne, ou votre médecin.

Agissez pour réduire le risque d'avoir une infection urinaire !

- Maintenez votre glycémie le plus possible dans les valeurs cibles.
- Hydratez-vous adéquatement.
- Évitez de retenir votre envie d'uriner.
- Ayez une hygiène intime adéquate.
- Essayez-vous de l'avant vers l'arrière après être allé à la selle.
- Urinez après avoir eu une relation sexuelle.
- Changez régulièrement de serviette hygiénique lors des règles.
- Évitez le port de sous-vêtements trop serrés.

¹ Canagliflozine (Invokana^{MD}), Empagliflozine (Jardiance^{MD}) et Dapagliflozine (Forxiga^{MD}).

Les personnes vivant avec le diabète sont plus à risque qu'une simple infection urinaire se complique en une infection des reins.

