

Et  
après  
• • •

# Une prostatectomie

Incontinence urinaire et sexualité



Hollister

# Introduction

---



## **Ce livret sert de point de départ...**

Les techniques chirurgicales ont beaucoup évolué ces dernières années, ainsi que sur les différentes prises en charge qui peuvent vous être proposées.

Ce livret a pour objectif de vous donner des informations claires sur la prostatectomie, ses conséquences sur le plan urinaire et sexuel ainsi que sur les différents modes de prise en charge qui peuvent vous être proposés.

Il sert de point de départ aux discussions que vous pourrez avoir avec votre médecin ou le personnel soignant qui vous accompagne.

**L'Équipe Hollister**

# Hollister

## L'attention au Détail. L'attention à la Vie.

### Hollister dans le monde

Hollister Incorporated est une société américaine indépendante présente dans 90 pays, qui développe, fabrique et commercialise des produits de santé. Depuis ses premiers jours, il y règne un sens développé de communauté - un lien avec les gens.

Ce lien est l'essence même de notre société ; il nous guide dans la création de nos nouveaux produits et services qui sont destinés à répondre au mieux aux besoins de la communauté en matière de santé.

### Hollister en France

Créée en 1991, Hollister France est en quête permanente d'innovation. Nous restons fidèle à notre mission principale : promouvoir l'autonomie et améliorer la qualité de vie des utilisateurs de nos produits.

En France, Hollister propose des produits dans les domaines de la stomathérapie et des troubles de la continence. Nos interlocuteurs savent qu'ils peuvent compter sur l'écoute, la compétence et le dévouement d'une équipe pluridisciplinaire et d'une assistance-conseil, animées par l'esprit d'un service personnalisé et efficace.

### À vos côtés pour une meilleure prise en charge des troubles de la continence

Hollister est présent à vos côtés. C'est en écoutant vos besoins que nous concevons nos produits dans les moindres détails : sondes et sets de sondage urinaire intermittent, étuis péniers, poches de recueil, collecteurs urinaires et fécaux, etc.

Nous nous attachons jour après jour à rendre plus digne et plus confortable la vie des personnes qui souffrent de troubles de la continence en proposant une **gamme complète de solutions** pour leur prise en charge.

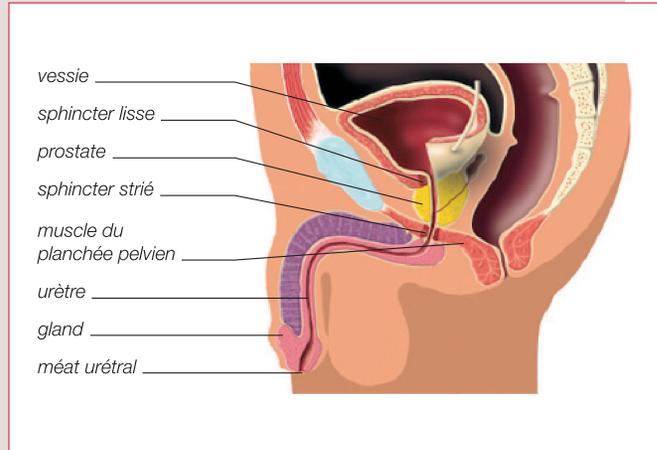
“Seule l'excellence  
est assez bonne”

John Dickinson Schneider, fondateur de Hollister



# Anatomie de la sphère génito-urinaire

## Pour mieux comprendre



### L'anatomie masculine

**La vessie** est le réservoir qui contient l'urine. Elle se situe dans le bas ventre juste au dessus de **la prostate**.

L'urine (qui est produite par les reins arrive dans la vessie par des canaux appelés **uretères**). Elle quitte ensuite la vessie pour sortir du corps par un canal qui s'appelle **l'urètre**. Ce canal traverse la prostate, puis la verge et quitte le corps par l'orifice qui se trouve au bout de la verge : **le méat urétral**.

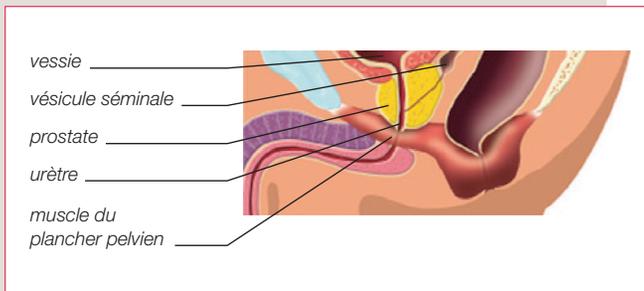
La fermeture du col de la vessie par des sphincters (muscles en forme d'anneau) permet de contenir l'urine.

Ce mécanisme s'appelle la continence.

Pour assurer cette continence, il existe 2 sphincters (muscles en forme d'anneau) : **un sphincter « lisse »** situé entre la vessie<sup>(1)</sup> et la prostate<sup>(1)</sup>, l'autre **« le sphincter strié »**<sup>(2)</sup> situé en dessous de la prostate.

Le sphincter strié est intimement lié aux muscles qui composent le plancher pelvien. Ces muscles assurent le maintien des organes présents dans le bas ventre.

(1) et (2) Voir schéma

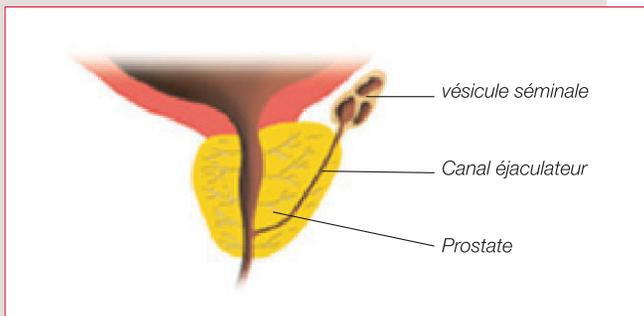


**Les vésicules séminales** sont deux réservoirs dans lesquels le sperme s'accumule entre les éjaculations. Elles sont situées à la face postérieure de la vessie et en avant du rectum.

### **La prostate, c'est quoi ?**

La prostate est une glande qui entoure la partie de l'urètre située juste sous la vessie. Elle produit le **liquide prostatique** qui fluidifie le sperme et lui apporte des éléments nutritifs. C'est un organe qui sert à la reproduction.

La prostate est située juste sous la vessie ; elle est étroitement liée aux sphincters (lisses\* et striés\*) de la vessie aux nerfs érecteurs, et au rectum.



## La prostatectomie radicale, qu'est-ce que c'est ?



*Avant intervention*



*Après intervention*

La prostatectomie radicale consiste à enlever la prostate, les vésicules séminales et la partie de l'urètre qui traverse la prostate. Il existe trois façons différentes de réaliser cette intervention.

On peut accéder à la prostate :

- par voie rétro-pubienne, on pratique une incision sur la partie inférieure de l'abdomen (sous le nombril)
- par voie périnéale, on pratique une incision entre l'anus et les testicules
- par coelioscopie, on pratique de petits trous dans l'abdomen et on gonfle le ventre avec un gaz.

Lorsqu'on a enlevé la prostate et la partie de l'urètre qui la traversait, une anastomose (c couture) est réalisée entre le col de la vessie<sup>(3)</sup> et l'urètre restant juste au dessus du sphincter strié.

Une des séquelles de cette intervention est l'incontinence urinaire.



# L'incontinence urinaire

---

## À quoi est-elle due ?

Les troubles de la continence sont essentiellement liés à une insuffisance sphinctérienne, se caractérisant par des incontinenes urinaires à l'effort.



## Ce qui peut provoquer les fuites :

- Tousser,
- Porter des charges lourdes,
- Les vibrations telles que la voiture, le tracteur, le vélo. . . ,
- Les changements de position (assis debout, coucher debout)
- Effort de défécation.

## Comment peut-on vous aider ?

En premier lieu, pour pallier l'insuffisance sphinctérienne vous serez confié à un kinésithérapeute.

Il existe plusieurs techniques de rééducation pour vous faire prendre conscience de la contraction et du relâchement des muscles du périnée.

De plus en plus souvent, ces techniques pourront vous être proposées avant l'intervention afin de vous faire prendre conscience de la contraction et du relâchement du périnée dans les conditions normales de fonctionnement.

La mémorisation de la contraction et du relâchement avant l'intervention facilitera la rééducation qui aura lieu après l'intervention.

# L'incontinence urinaire



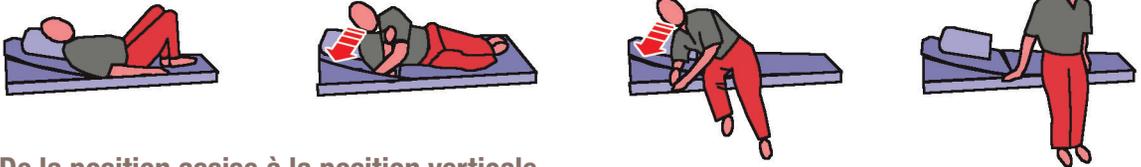
## La rééducation périnéale\*

- **Le Biofeedback ou rétrocontrôle** : permet de ressentir l'état de contraction ou de relâchement du périnée par l'intermédiaire d'une sonde anale reliée à un ordinateur ou à un appareil d'électrothérapie.
- **L'électrostimulation fonctionnelle** : rééducation pratiquée par stimulation électrique et exercices de contractions périnéales.
- **Concept de rééducation abdomino-respiratoire** pour accompagner un effort.

Le but est de transmettre les pressions abdominales vers les voies aériennes. Les flèches rouges des dessins ci-contre indiquent le temps expiratoire, (il faut souffler, bouche bien ouverte) associé à une contraction abdominale et périnéale (en rentrant le ventre et en serrant bien les « fesses »).

## Vous éviterez ou minimiserez vos fuites en respectant les conseils suivants :

- De la position allongée à la position verticale\*\*



- De la position assise à la position verticale



\* « Incontinence urinaire après prostatectomie totale », Laurent Salomon, Michaël Peyromaure, Michel Soulié, Progrès en Urologie (2006), 16, 717-718.

\*\* Dessins extraits du livre "Rééducation thoraco-abdomino-pelvienne par le concept Abdo-Mg". Luc Guillaume - Editions frison Roche 2004

# Les conseils à suivre...

---

## **Au quotidien**

Afin de vous inciter à retenir vos urines, essayez dans la journée (par petites périodes d'abord) de ne pas mettre de protection anatomique.



Si vos fuites urinaires sont trop importantes ou vous empêchent d'avoir une qualité de vie correcte, vous pouvez porter des étuis péniens. C'est un système qui ressemble à un préservatif relié à une poche à urine. Vous pourrez la fixer discrètement sur votre jambe, sous votre pantalon, par des lanières ou un filet de confort.

Il faut boire au minimum 1,5 L d'eau par jour répartis sur la journée. Il vaut mieux limiter la prise d'eau après 17 h afin de ne pas avoir à vous lever pour uriner la nuit. Evitez de boire trop de thé, café, tisane...



Il est important de ne pas faire d'effort lorsque vous allez à la selle. Nous vous recommandons d'avoir un régime alimentaire équilibré riche en fibres (légumes et fruits) afin de ne pas être constipé.

## **Pendant les 2 mois qui suivent l'intervention et /ou jusqu'à la complète cicatrisation.**

Il faut traiter rapidement les problèmes respiratoires surtout si vous tousez.



### **Pour favoriser la continence :**

- Ne portez pas de choses lourdes,
- Privilégiez la marche à tout autre sport,
- Reposez-vous,
- Limitez les grands trajets en voiture.



**Si l'incontinence persiste (au-delà d'un an) votre urologue peut vous proposer différentes chirurgies en fonction du degré de votre incontinence : les injections péri-urétrales, les ballonets ajustables péri urétéraux, la pose de bandelettes sous urétrales, ou la pose d'un sphincter artificiel.**

### **Les incidents qui peuvent survenir :**

Que vous soyez ou non continent, dans tous les cas suivants **prenez contact avec votre médecin.**

**Surveillez vos urines :** en post opératoire, il est possible que vous ayez des urines colorées en rouge ; ceci est dû à la présence de sang. Cela ne doit pas vous inquiéter à moins qu'elles ne deviennent très rouges et s'accompagnent de douleurs vésicales.

Que vous soyez ou pas continent, **surveillez la façon dont vous urinez ;** si le jet devient plus fin et sort avec moins de pression ou si vous êtes obligé de pousser pour uriner, parlez-en à votre médecin.

**Si vous éprouvez des douleurs entre l'anus et les testicules.** Si celles-ci ne cèdent pas au traitement prescrit et vous gênent pour vous asseoir, n'hésitez pas à en parler à votre médecin. Des solutions existent pour vous soulager.

# La sexualité

## après une prostatectomie

*Malgré les efforts réalisés dans la préservation des nerfs érecteurs, après une prostatectomie, des troubles peuvent se manifester, de deux façons : **le dysfonctionnement érectile** et **l'absence d'éjaculation**.*

### **L'érection, comment ça marche ?**

La rigidité de la verge est due au remplissage des corps caverneux par un apport de sang. La verge se rigidifie permettant la pénétration lors du rapport sexuel, c'est ce que l'on appelle l'érection. Érection, orgasme et éjaculation sont des phénomènes indépendants.

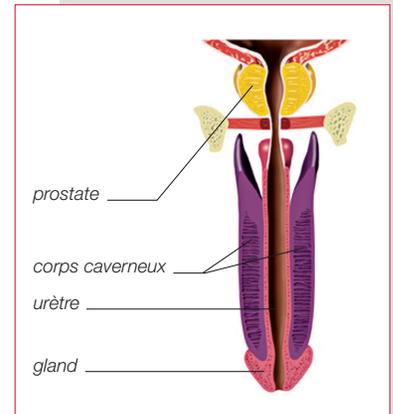
Après une prostatectomie, il se peut que les nerfs érectiles, qui sont à l'origine du déclenchement de l'érection, soient abîmés ou absents. L'érection « naturelle » est alors impossible.

### **L'éjaculation**

L'origine des sécrétions constituant le sperme se décompose ainsi :

- 5 % glandes de Cowper (situées de part et d'autre de l'urètre),
- 20-40 % prostate,
- 10-20 % épидидyme,
- 40-60 % vésicules séminales.

En l'absence de la prostate et de vésicules séminales, il n'y a plus d'éjaculation possible. Bien sûr l'orgasme ou le plaisir que vous allez éprouver sera différent de celui que vous éprouviez avant l'intervention, mais vous pourrez néanmoins retrouver une sexualité épanouie. Selon votre situation des solutions pourront vous être proposées afin d'obtenir une érection satisfaisante.



# Que peut-on faire ?



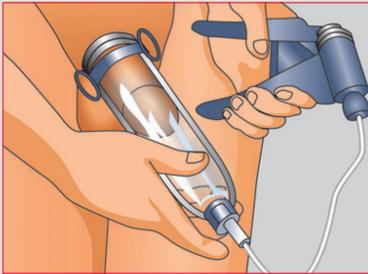
*Afin de palier au dysfonctionnement érectile après la prostatectomie radicale, plusieurs solutions peuvent vous être proposées :*

## **Les traitements médicamenteux**

Ils favorisent la relaxation de la fibre musculaire lisse intracaverneuse. La prise doit se faire ¼ d'heure avant le rapport. Cependant la prise de ces traitements, pour être efficace, doit être associée aux différents stimuli habituellement nécessaires à l'érection.

Ces produits ne sont efficaces que s'il se produit déjà un gonflement net de la verge car ils renforcent l'érection.

**Ce traitement est formellement contre-indiqué chez les hommes prenant des dérivés nitrés (traitement associé à des problèmes cardiaques).**



## **Les pompes à dépression manuelles ou électriques**

### **Comment ça fonctionne ?**

Un anneau souple est placé à la base du pénis puis un cylindre rigide est posé autour de la verge. En actionnant la manette, on crée une dépression qui va attirer le sang dans les corps caverneux et créer ainsi une érection.



## **Les injections intra-caverneuses**

Elles permettent d'obtenir un gonflement voire une rigidité rapide de la verge et une oxygénation satisfaisante de celle-ci. Cela

évite dans le temps d'avoir une rétraction du pénis. Les injections sont à débiter à partir d'un mois après l'intervention même s'il persiste des fuites urinaires.

### **Comment ça marche ?**

Cela consiste à injecter directement le produit dans le corps caverneux. Le produit favorise la relaxation du tissu érectile et la vasodilatation des vaisseaux (apport de sang) quelques minutes avant le rapport sexuel. L'injection se fait sans anesthésie locale.



## La prothèse pénienne

Il en existe 3 sortes :

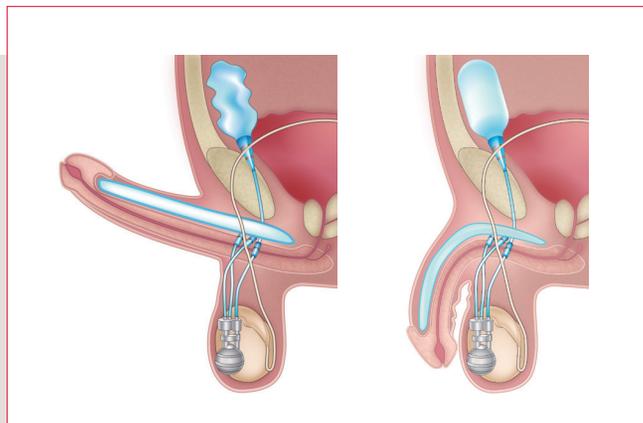
- Les prothèses semi-rigides (tubes de silicone à armature métallique),
- Les prothèses gonflables (2 cylindres implantés dans les corps caverneux reliés à un réservoir intra-abdominal (voir dessin ci-dessous),
- Les implants souples (prothèse semi-rigide).

**Parlez-en à votre urologue ou tout autre professionnel de santé, il vous expliquera les avantages et les inconvénients de chaque traitement.**

## Surveillance et visites de contrôle

Vous reverrez votre urologue lors des visites de contrôle. Lors de ces visites, il fera :

- Un examen clinique,
- Un suivi biologique (dosage de PSA),
- Une évaluation de votre incontinence urinaire (si besoin),
- Et il abordera avec vous votre sexualité.



# Témoignages

---

## Questions/réponses

### **J'ai peur d'avoir des fuites d'urine pendant que je fais l'amour. Que faire ?**

Avant tout il faut avoir la vessie vide avant un rapport ; et puis sachez que cela peut arriver même en temps « normal ». (c'est le phénomène d'urination, qui se produit lors d'un orgasme particulièrement épanoui...)



### **Que faire en cas d'érection prolongée ?**

Au delà de 1h30, il faut :

- Essayer d'uriner.
- Monter et descendre des escaliers.
- Mettre de la glace sur la verge ou prendre une douche froide.
- Faire le tour du quartier à vélo, ou du footing.
- Si rien n'y fait : prendre l'antidote si vous en avez (injections intracaverneuse d'adrénaline).
- ou appeler l'urologue car il s'agit d'une urgence médicale.

---

\* Liste non exhaustive

# Les Solutions Hollister

## Les sondes et sets de sondage intermittent Hollister

Afin que vous puissiez vous sonder autant de fois par jour que nécessaire, il est essentiel que le sondage soit simple, rapide et sûr.

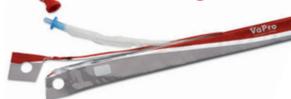
### Hollister vous propose une gamme de sondes conçue pour :

- **Offrir un sondage hygiénique et sûr** : vous ne touchez pas à la sonde avec vos doigts puisque celle-ci est protégée par une gaine qui l'entoure sur toute la longueur.
- **Être simples d'utilisation et prêtes à l'emploi** : pas de temps d'attente, vous sortez la sonde de son emballage, elle est prête à l'emploi.
- **Être sûres et préserver l'urètre lors du sondage** : les sondes Hollister sont lubrifiées uniformément. Leur embout introducteur les protège du contact avec les bactéries concentrées dans les premiers millimètres de l'urètre\*. Pour répondre à vos besoins, Hollister propose deux gammes de sondes pour sondage intermittent : Advance et VaPro.

\* The effect of urethral introducer tip catheters on the incidence of urinary tract infection outcomes in spinal cord injured patients. Bennet & others. 1997.

Sonde hydrophile

**VAPRO**



Propre, Pratique, Prête à l'emploi

Sonde hydrophile format compact

**VAPRO POCKET**



Plus de discrétion avec VaPro Pocket

Set de sondage hydrophile

**VAPRO PLUS**



Plus de liberté avec VaPro Plus

Set de sondage hydrophile format compact

**VAPRO PLUS POCKET**



Sondage propre en toute discrétion

Sonde pré-lubrifiée

**ADVANCE**



La gaine de protection sert également de prolongateur

Set de sondage pré-lubrifié

**ADVANCE PLUS**



Set de sondage pré-lubrifié format compact

**ADVANCE PLUS POCKET**



# Les Solutions Hollister

## Les étuis péniens et poches de recueil Hollister

Hollister propose également une gamme d'étuis péniens.



### Les étuis péniens InView

**InView Standard**, il est destiné aux personnes ayant une verge d'au moins 4 cm.

**InView Spécial**, il est destiné aux personnes ayant une verge de 1 à 4 cm (l'étui pévien n'est pas adapté en cas de verge rétractée, orientez-vous alors vers le Collecteur Urinaire Masculin Hollister).

**InView Extra**, il est destiné aux personnes ayant besoin d'une adhésivité renforcée.



### L'étui pévien Extended Wear

Il dispose d'une collerette interne anti-reflux qui en fait l'étui pévien le plus adapté pour les personnes alitées.



### Les poches de jambes Hollister

Les poches de jambe Hollister offrent une solution hygiénique à l'incontinence urinaire car elles sont stériles et sous emballage individuel. Elles se fixent sur la cuisse ou le mollet grâce à des lanières ou un filet de confort, et favorisent ainsi l'autonomie.

Grâce à leur raccord universel, elles peuvent être connectées directement aux sondes à demeure, aux étuis péniens Hollister et aux poches de nuit Hollister.



### Les poches de nuit Hollister

Les poches de nuit ont une capacité de 2L, sont graduées, vidangeables et possèdent une valve anti-reflux. Grâce à leur raccord universel, elles peuvent être connectées aux sondes à demeure, aux étuis péniens Hollister et aux poches de jambe Hollister.

Hollister  
Bernstrasse 388  
8953 Dietikon  
0800 55 38 39  
info@hollister.ch  
www.hollister.ch

La gamme de produits hollister soin de la continence est constituée de dispositifs médicaux, destinés au sondage urinaire intermittent. Il s'agit d'un dispositif tubulaire souple qui est inséré par l'urètre pour vidanger la vessie. Il s'agit d'un dispositif médical de classe I fabriqué par Hollister Incorporated. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Consultez attentivement les instructions figurant sur les notices et/ou les étiquetages. Ce dispositif est pris en charge par l'assurance maladie.

#### **Avertissements**

Afin d'aider à réduire les risques d'infections et/ou de complications, ne pas réutiliser les sondes de sondage urinaire intermittent. Jeter les produits de façon appropriée après utilisation. En cas de gêne ou de lésion, stopper l'utilisation et contacter un professionnel de santé.

#### **Attention**

Avant d'utiliser ce matériel lisez le mode d'emploi comprenant les recommandations et avertissements, tout autre document inséré dans la boîte ainsi que les étiquettes figurant sur l'emballage. L'autosondage ne doit être pratiqué qu'après avis médical et prescription, en respectant les instructions. Il faut toujours suivre les conseils donnés par le professionnel de santé. Le sondage urinaire intermittent est une procédure par laquelle une sonde est insérée dans la vessie via l'urètre(1) 4 à 6 fois par jour(2) pour drainer et recueillir l'urine. En cas de doutes, il faut contacter un professionnel de santé.

#### **Stockage**

A conserver à température ambiante, à l'abri de la chaleur et de l'humidité. Ne pas utiliser au delà de la date de péremption. Conserver les boîtes à l'horizontale.

(1) European Association of Urology Nurses (EAUN), Bonnes pratiques des soins, Sondage urétral, Section 2, Sondage intermittent chez l'homme, la femme et l'enfant, 2006, page 6.

(2) Education Thérapeutique du Patient aux Autosondages (ETP-AS), Guide méthodologique, Société Française de Médecine Physique et de Réadaptation (SOFMER)



Hollister et son logo, Advance, Advance Plus, Advance Plus Pocket Hollister 2000, Hollister 2000 NST, Hollister 2000 Plus, Hollister 500, Hollister 800, InView, VaPro, Vapro Plus, Vapro Pocket, VaPro Plus Pocket, DM, Extended Wear sont des marques déposées de Hollister Incorporated USA. FRC100 - Décembre 2016