



Probiotique, canneberge et infections urinaires

Etude

Koradia P et al., Probiotic and cranberry supplementation for preventing recurrent uncomplicated urinary tract infections in premenopausal woman : a controlled pilot study. Expert Review of anti-infective therapy. 2019

Résumé

Chez des femmes adultes, non ménopausées, la prise d'un extrait de canneberge associé à deux lactobacilles diminue la récurrence d'épisodes d'infections urinaires.

Les infections urinaires causées par une prolifération anormale de bactéries peuvent toucher une ou plusieurs parties du système urinaire : les reins, les uretères, la vessie et l'urètre. Elles se manifestent le plus souvent par des douleurs ou une sensation de brûlure lors de l'émission d'urine.

Les infections urinaires sont fréquentes et se produisent plus souvent chez les femmes. La cystite est la forme d'infection urinaire la plus courante et touche presque exclusivement les femmes. C'est une inflammation de la vessie provoquée par la prolifération de bactéries provenant de l'intestin, tels que *Escherichia coli* (responsable de plus de 75 % de ces infections), le colibacille *Proteus mirabilis* et la *Klebsiella rhinoscleromatis*, impliqués dans quasiment toutes les autres.

La cystite peut devenir chronique et se manifester jusqu'à trois ou quatre fois dans l'année. La recherche se penche sur des substances naturelles pour essayer de réduire la récurrence de ces infections en agissant sur le microbiome pour réduire la colonisation du système urinaire par des bactéries pathogènes.

Jusqu'à présent la plupart des essais cliniques contrôlés ayant évalué l'efficacité de probiotiques dans la prévention des infections urinaires n'ont pas donné de résultats positifs. Un certain nombre d'études ont montré que les extraits de canneberge, contenant au moins 36 mg de proanthocyanidines, réduisaient la récurrence des infections urinaires de 26 à 33 %.

Cette étude randomisée, contre placebo et en double aveugle, évalue l'effet d'un extrait de canneberge (contenant 36 mg de proanthocyanidines) associé à deux souches de lactobacilles (*Lactobacillus acidophilus* PXN 35 et *Lactobacillus plantarum* PXN 47) sur la récurrence d'infections urinaires chez des femmes adultes non ménopausées.

Quatre-vingt-dix femmes, âgées de 18 à 55 ans ayant souffert d'au moins deux épisodes d'infections urinaires au cours des six derniers mois sont enrôlées et prennent deux fois par jour pendant 26 semaines l'extrait de canneberge associé aux deux probiotiques ou un placebo.

Au cours de l'étude, le pourcentage de femmes avec un épisode d'infection urinaire récurrente a été plus faible dans le groupe supplémenté que dans celui sous placebo : 9,1 % contre 33,3 %. De plus, le temps écoulé avant le premier épisode d'infection, la durée de l'activité de l'infection, la durée du traitement antibiotique en cas d'infection... ont également été améliorés.

D'autres études devront venir confirmer ces premiers résultats prometteurs.