

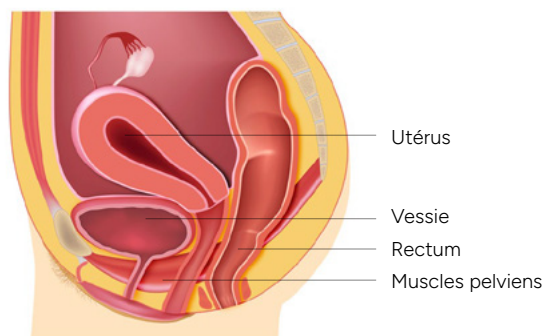
Prolapsus

(Cystocèle, Rectocèle, Hystérocele, Prolapsus rectal)

Le prolapsus désigne la descente d'un ou plusieurs organes pelviens – chez la femme vessie, rectum ou utérus – dans le vagin, ou en dehors de l'orifice vaginal.

On parle de cystocèle pour la descente de la vessie, rectocèle pour la descente du rectum dans le vagin et hystérocele pour la descente de l'utérus.

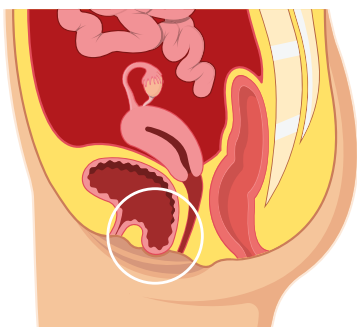
Chez l'homme comme chez la femme, le rectum peut également descendre par l'anus, c'est le prolapsus rectal. Normalement, les organes pelviens sont maintenus en place dans le petit bassin grâce à des structures de tissu conjonctif (fascias et ligaments) et aux muscles du plancher pelvien.



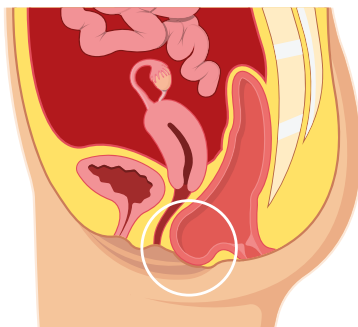
Position normale des organes

Causes du prolapsus

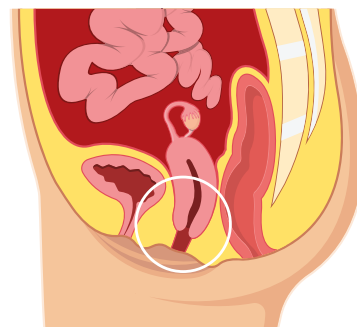
Le prolapsus résulte d'un affaiblissement ou d'une lésion des structures conjonctives de soutien, et/ou des muscles du plancher pelvien. Ces troubles concernent principalement les femmes, en particulier après un accouchement difficile ou après la ménopause. Certains facteurs aggravants peuvent favoriser ou accentuer la descente d'organes tel qu'une constipation chronique ou des contraintes physiques importantes.



Cystocèle



Rectocèle



Prolapsus utérin

Physiothérapie du plancher pelvien

En cas de prolapsus, les physiothérapeutes spécialisé-es en pelvi-périnéologie proposent un entraînement ciblé de l'ensemble du plancher pelvien. Le renforcement musculaire est un processus progressif qui nécessite des exercices quotidiens et une pratique régulière sur plusieurs mois pour obtenir des effets durables.

Pour soulager le plancher pelvien, des stratégies comportementales et de gestion des pressions abdominales sont enseignées. En complément, et selon les besoins, on peut utiliser des dispositifs de soutien (tampons spécifiques ou pessaires).

