

ACADEMIE D'OSTEOPATHIE DE MONTREAL

ETUDE PILOTE SUR L'EFFET DU TRAITEMENT OSTEOPATHIQUE SUR  
L'INCONTINENCE URINAIRE POSTPARTUM A L'EFFORT, EN  
COMBINAISON AVEC LES EXERCICES DU PLANCHER PELVIEN

par  
AMELIE BELANGER

OCTOBRE 2011  
MEMOIRE EN VUE DE L'OBTENTION DU DIPLOME D'OSTEOPATHE  
PRESENTE AU JURY QUEBECOIS

## RESUME

Ce mémoire traite de l'incontinence urinaire à l'effort (IUE) postpartum, car c'est la forme la plus courante chez les jeunes femmes et parce qu'elle est souvent considérée comme étant une conséquence normale et négligeable de l'acte de donner la vie. Plusieurs traitements sont disponibles, mais ces approches sont soit invasives, onéreuses ou exigent un engagement discipliné et à long terme. Les exercices de Kegel ont été retenus pour leur efficacité, mais leur taux de réussite n'est pas optimal. L'étude pilote proposée visait à démontrer l'effet additif du traitement ostéopathique sur les exercices de Kegel. Pour ce faire, 21 patientes ont été réparties en trois groupes, soit témoin (1), exercices de Kegel (2) et exercices de Kegel et traitements ostéopathiques (3). Un traitement par semaine à l'externe pendant 4 semaines a été réalisé sur le groupe 3 et des contacts téléphoniques hebdomadaires ont été faits pour les groupes 1 et 2. L'évaluation de l'IUE s'est effectuée au début et à la fin de l'expérimentation, de façon quantitative (test tampon normalisé) et qualitative (grille de fréquence des fuites). Le test du tampon normalisé a permis de démontrer une différence significative entre les groupes avec  $3,1 \pm 2,7$  % d'amélioration pour le groupe 1,  $78,9 \pm 8,1$  % pour le groupe 2 et  $100,0 \pm 1,0$  % pour le groupe 3. La grille d'évaluation a démontré une différence significative entre le groupe 1 et les deux autres groupes. Les groupes 2 et 3 n'ont démontré aucune différence significative entre eux. Une inconsistance importante a été observée chez les patientes par rapport à leur perception de leur IUE, donc ce test a été rejeté des conclusions de l'étude. En somme, le traitement ostéopathique apporte un effet additif aux exercices de Kegel et il serait intéressant, dans une étude ultérieure, d'inclure un groupe traité seulement en ostéopathie.

**Mots-clés: Incontinence urinaire, incontinence à l'effort, postpartum, ostéopathie, Kegel.**

## ABSTRACT

This thesis relates to postpartum stress urinary incontinence (SUI). As the most common form of urinary incontinence exhibited by young women, SUI is often considered a normal and negligible consequence of giving birth. Varying treatments are offered to patients, but these approaches are either invasive, expensive or require monotonous repetition over the long term. Contrastingly, Kegel exercises have been noted to be advantageous, but their rate of success is not optimal. This pilot study aimed to demonstrate the additive effect of osteopathic treatments on Kegel exercises. In order to do so, 21 patients were distributed in 3 groups: control (1), Kegel exercises (2) and Kegel exercises and osteopathic treatment (3). One external treatment per week has been carried out on group 3 and weekly phone calls were made to groups 1 and 2. The SUI evaluation was done at the beginning and end of the experiment both objectively (standard tampon test) and subjectively (urinary lost frequency chart). The standard tampon test showed a statistical difference between groups with  $3.1 \pm 2.7$  % improvement for group 1,  $78.9 \pm 8.1$  % for group 2, and  $100.0 \pm 1.0$  % for group 3. The chart showed a statistical difference between group 1 and the two others. Groups 2 and 3 did not show a statistical difference among them. Inconsistency of perception of SUI in patients was noted, which is why this test was rejected from the study's conclusions. In sum, osteopathic treatments provide an additive effect to Kegel exercises and it would be of interest, in conducting further study, to include a 4th group undergoing only osteopathic treatments.

**Keywords: Urinary incontinence, Stress incontinence, postpartum, osteopathy, Kegel.**