Rééducation du périnée par stimulation magnétique — StarFormer

01 Qu'est-ce que c'est ?

Le périnée, ou plancher pelvien, est l'ensemble des muscles du bas du bassin. Quand ces muscles et les tissus de soutien sont affaiblis, des fuites d'urine peuvent survenir à l'effort.

Cette fiche remise par le Dr Gatri a pour but de compléter les explications données lors de votre consultation. N'hésitez pas à la solliciter en cas de questions.

La stimulation magnétique fait travailler ces muscles sans effort de votre part. Vous êtes assise, habillée, sur un fauteuil dont l'assise et le dossier contiennent des applicateurs qui émettent des impulsions magnétiques. Ces impulsions traversent les vêtements et la peau et font se contracter les muscles du plancher pelvien, de façon répétée.

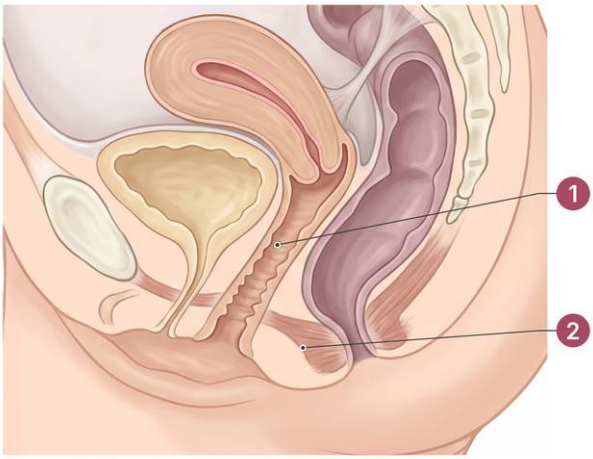


FIGURE 1 — Le plancher pelvien (schéma, vue de profil).

1. Vagin
2. Muscles du plancher pelvien (périnée)

Vue de profil : le ventre est à gauche de l'image, le dos à droite.

Schéma Wagram Clinic, 2026.

L'appareil utilisé au cabinet est le StarFormer, du fabricant Fotona.

Cette fiche est établie à partir des recommandations françaises sur l'incontinence urinaire et la rééducation du périnée (Association française d'urologie 2025, ANAES 2000, CNGOF 2015) et des informations du fabricant de l'appareil.

02 Pourquoi cette intervention ?

La séance vise à renforcer les muscles du plancher pelvien, en particulier lorsque vous avez des fuites urinaires.

Le fabricant la destine aux fuites à l'effort (en toussant, en riant, au sport), aux fuites par envie pressante et aux fuites qui associent les deux, ainsi qu'à la rééducation du périnée après un accouchement ou après une intervention chirurgicale.

03 Comment se déroule-t-elle ?

La séance a lieu au cabinet. Vous restez habillée et vous vous asseyez sur le fauteuil.

Les impulsions provoquent des contractions profondes et involontaires des muscles du périnée. Vous les sentez comme une pulsation. L'intensité est réglée peu à peu pour rester confortable.

Une séance dure en général 20 à 30 minutes. Au cabinet, le programme comprend 6 séances sur 3 semaines, à raison de 2 séances par semaine.

04 Ce que l'intervention ne garantit pas

Parlez avec le Dr Gatri, avant de commencer, de ce que vous attendez de ces séances.

05 Les risques et complications

Le fabricant n'indique pas d'effet indésirable connu. La séance n'entre pas dans le corps et elle est en général bien tolérée.

L'intensité est ajustée pour votre confort tout au long de la séance.

06 Les alternatives

- La rééducation du périnée par des exercices de contraction : c'est le traitement à proposer en premier pour les fuites à l'effort. Les exercices guidés par un professionnel de la rééducation sont à préférer ; ils se complètent d'exercices faits à la maison.
- Après un accouchement : la rééducation par exercices est recommandée si des fuites urinaires persistent trois mois après la naissance. Elle n'est pas recommandée dans les deux mois qui suivent l'accouchement, ni, à trois mois, chez une femme qui n'a pas de fuites.
- Un dispositif placé dans le vagin (pessaire de continence) peut aussi être proposé, en particulier en complément de la rééducation.
- En cas de surpoids, perdre du poids avec un accompagnement adapté améliore les fuites à l'effort.
- Ne rien faire : le traitement des fuites urinaires vise votre confort ; le choix vous appartient, après avoir été informée des avantages et des inconvénients de chaque possibilité.

07 Les contre-indications

Pour toute rééducation du périnée, les recommandations demandent de signaler une grossesse en cours ou un stimulateur cardiaque (pacemaker) : ces situations peuvent changer la conduite de la rééducation.

Une infection urinaire (urines troubles, brûlures en urinant), du sang dans les urines ou une infection vaginale se traitent d'abord ; la rééducation peut alors être reportée.

Ces points sont vus lors du bilan, avant la première séance.

08 Avant l'intervention

Toute rééducation du périnée commence par un bilan : le type de vos fuites (à l'effort, par envie pressante, ou les deux), vos habitudes de vie et un examen.

Le médecin peut vous demander de noter vos passages aux toilettes et le nombre de protections que vous utilisez : cela permet de suivre l'évolution.

La séance ne demande aucune préparation particulière.

09 Après l'intervention et vos consignes

Vous reprenez vos activités aussitôt après la séance.

Pour la rééducation du périnée, les recommandations soulignent que les effets du renforcement s'entretiennent par un travail personnel et un suivi dans le temps.

Le moment du point de suivi est fixé avec le Dr Gatri.

10 Quand consulter sans attendre

Des brûlures en urinant, des urines troubles, du sang dans les urines ou des pertes vaginales inhabituelles se traitent avant de poursuivre la rééducation : signalez-les au Dr Gatri. Parlez-lui aussi de tout autre symptôme qui vous inquiète.

11 Vos questions au Dr Gatri

Cette feuille d'information ne peut sans doute pas répondre à toutes vos interrogations. Dans tous les cas, n'hésitez pas à poser au médecin toutes les questions qui vous viennent à l'esprit, oralement ou par écrit.