

COMMENT PROTÉGER VOS REINS ?

L'insuffisance rénale progresse le plus souvent silencieusement. Quand elle est diagnostiquée, il est souvent trop tard.

GARDER SES REINS EN BONNE SANTÉ LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE EST DONC PRIMORDIAL !

Ceci implique une bonne hygiène de vie et le respect de certaines règles :

- boire 1,5 l d'eau par jour
- éviter les régimes trop riches en protéines en sel, en sucres, en calories et en graisses
- éviter la surconsommation de certains médicaments toxiques pour les reins comme les anti-inflammatoires par exemple
- éviter le tabac et l'alcool
- avoir une activité physique régulière.

Si vous souffrez d'obésité, de diabète ou d'hypertension artérielle, soyez vigilants, faites régulièrement des prises de sang pour contrôler la fonction de vos reins et consultez régulièrement votre médecin généraliste ou spécialiste.

Le CHU HELORA - Site Kennedy organise chaque année un dépistage gratuit ! Sensibilisez votre entourage et venez vous faire dépister.

CONTACT

 065 41 40 00



 Bd Kennedy 2, 7000 Mons

 www.helora.be

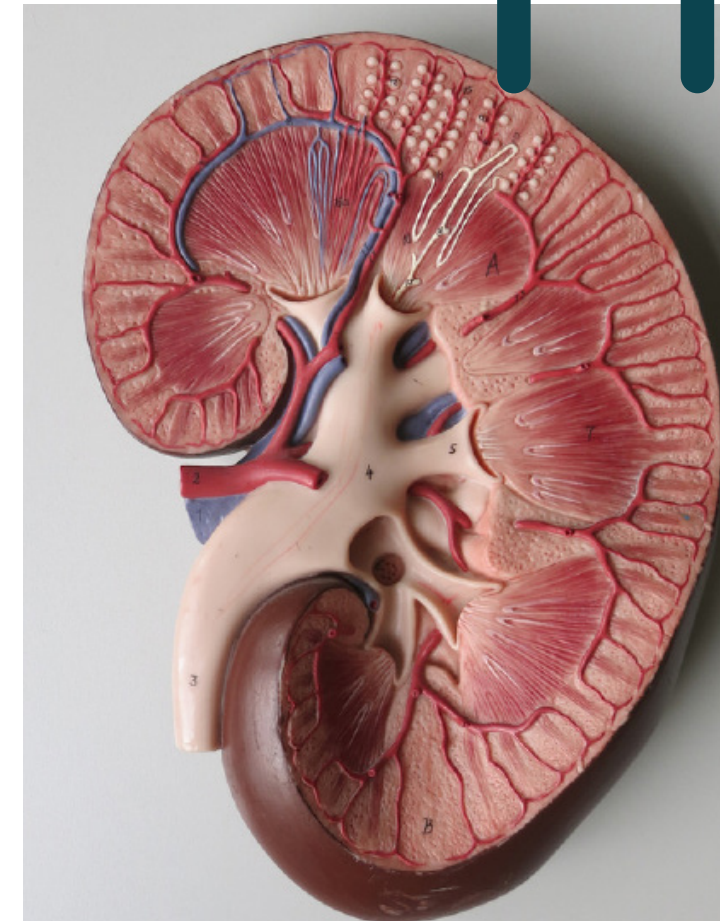


HELORA

CENTRES HOSPITALIERS UNIVERSITAIRES

DIALYSE

Prenez soin de vos reins !



L'INSUFFISANCE RÉNALE

L'insuffisance rénale se traduit par la réduction ou l'impossibilité du rein à assurer la filtration et l'élimination des déchets présents dans le sang. Une autre conséquence de cette réduction : les reins ne peuvent plus assurer l'équilibre en eau et en sels minéraux dont notre corps a besoin.

Il faut différencier l'insuffisance rénale chronique (IRC) de l'insuffisance rénale aiguë. Cette dernière signifie la perte brutale mais généralement réversible de la fonction rénale. Au contraire, l'insuffisance rénale chronique n'est pas réversible.

Les causes de l'insuffisance rénale chronique sont nombreuses. Toute maladie rénale peut évoluer vers une insuffisance rénale chronique mais le vieillissement et d'autres maladies comme le diabète, l'hypertension artérielle et l'obésité peuvent la provoquer.

Une insuffisance rénale débutante est souvent et longtemps asymptomatique (sans symptômes). Le diagnostic est donc posé dans la majorité des cas tardivement

Les premiers symptômes sont souvent peu spécifiques et peuvent être présents dans de nombreuses autres maladies : fatigue, nausées, vomissements, perte d'appétit, crampes musculaires, démangeaisons, troubles du sommeil...

Les complications principales de l'insuffisance rénale sont l'hypertension artérielle, les maladies cardiovasculaires tels que l'infarctus et l'accident vasculaire cérébral ainsi que parfois une prise de poids liée à l'apparition d'œdèmes (sortie d'eau des vaisseaux vers les tissus).

Une analyse de sang et d'urine sont les premiers moyens permettant la pose d'un diagnostic.

Une échographie rénale peut être aussi utile. Une biopsie rénale peut parfois s'avérer nécessaire pour déterminer la cause précise de l'insuffisance rénale.

Le traitement varie en fonction de la cause et du stade de IRC. Un régime alimentaire pauvre en protéines, en sel et en potassium est toujours conseillé.

À un stade terminal, les seules alternatives sont la substitution rénale comme la greffe et la dialyse.

LA DIALYSE

Il existe deux techniques de dialyse :

- l'hémodialyse

Le sang va être filtré à travers une membrane artificielle dans un circuit extra corporel afin d'éliminer les déchets et l'excès d'eau accumulés dans le corps. Elle se réalise par un abord vasculaire qui sera soit une fistule artério-veineuse soit un cathéter central. Elle se pratique en centre ou à domicile.

- la dialyse péritonéale

Le liquide de dialyse va être introduit dans le ventre du patient par un cathéter permanent placé dans la cavité abdominale.



Le sang sera filtré au travers de la membrane péritonéale (membrane qui entoure les organes abdominaux). Elle se pratique à domicile.

Le patient souffrant d'insuffisance rénale chronique peut souvent choisir sa technique de dialyse.

Lors d'une **consultation spécifique**, le patient reçoit tous les détails concernant les différentes techniques de dialyse, leurs avantages, leurs contraintes afin qu'il puisse faire un choix éclairé et en accord avec ses besoins.

Toutes ces techniques de dialyse sont disponibles au CHU HELORA - Site Kennedy.

LA TRANSPLANTATION RÉNALE

Lorsque la dialyse devient insuffisante pour maintenir les capacités rénales d'un patient, il reste une option : la greffe.

Pour une convalescence et une récupération optimale des fonctions rénales, il est préférable pour le patient d'obtenir un rein d'un donneur vivant.

Les conditions sont strictes tant pour le patient que pour le donneur. Elles impliquent des examens médicaux pour :

- s'assurer du bon état médical du patient
- protéger le donneur vivant
- assurer une bonne qualité de rein, une hygiène de vie saine et une tolérance idéale aux traitements.

Le CHU HELORA - Site Kennedy travaille avec tous les centres de transplantation.