

# INSUFFISANCE RÉNALE – FICHE PATIENT



## Les points clés

L'insuffisance rénale est une maladie qui peut être grave. Dans cette maladie les reins ne sont plus capables d'épurer (nettoyer) correctement le sang pour enlever les déchets produits ou absorbés par notre corp. Plus sa capacité de filtre est atteinte, plus la maladie est grave. Elle touche 5 % de la population, toutefois moins de 1% dans ses formes graves.

## Les symptômes

Souvent, au début, la maladie rénale n'a pas de symptômes. Lorsqu'elle progresse vous avez du mal à respirer, vous êtes fatigués, vous avez les pieds et les jambes gonflés. Vous avez de l'hypertension.

## Les causes

Les causes de maladie des reins sont le plus souvent l'hypertension et le diabète, mais également l'obésité, les maladies inflammatoires chroniques, les maladies génétiques (familiales), la prise prolongée de certains médicaments, le tabac.

## Le diagnostic (comment savoir?)

L'interrogatoire et l'examen clinique aident peu mais feront suspecter une maladie rénale. L'examen du sang et des urines établira le diagnostic de la maladie rénale.



## Quels sont les risques

L'insuffisance rénale peut s'aggraver lentement ou brutalement. Les reins perdent leurs fonctions, et de nombreuses complications apparaîtront: la rétention d'eau (oedème), l'anémie (pâleur et essoufflement), l'accumulation du potassium (trouble du rythme cardiaque), les maladies des os (fractures) et des artères (accidents vasculaires).

Si la maladie arrive au stade ultime (fonctionnement trop faible des reins pour vivre) le patient aura besoin de dialyse.

## Comment la maladie rénale s'aggrave

Les causes brutales sont la déshydratation, l'emploi de certains produits toxiques (antidouleur de type AINS par exemple). Les causes moins rapides sont l'hypertension, le diabète non contrôlé.



## La prise en charge

Le médecin généraliste et le néphrologue évalueront les différentes modalités de la prise en charge. Une part sera donnée aux médicaments pour corriger les anomalies provoquées par la maladie rénale (anti-hypertenseur, diurétique, erythropoïtine, vitamine D, calcium)

Le régime a une autre part importante, il vous sera proposé par le médecin, éventuellement aidé par une diététicienne formée en maladie rénale. (certaines eaux, selon les besoins: limitation des protéines, limitation du sel, des produits phosphatés, ...).

## La prévention

Pour prévenir l'aggravation de la maladie rénale :

### Avoir une hygiène de vie:

arrêt du tabagisme

avoir une activité physique

### Suivre des règles de diététiques:

limiter les apports en sel, éviter les sels de régimes  
ne pas abuser de protéines et surtout d'apports en phosphore

ne pas se déshydrater (1 à 1,5 L selon ses pertes).

## Les précautions

Eviter les médicaments toxiques

Eviter les AINS, éviter les médications sans conseils.

Prévenir vos médecins de votre maladie rénale.

Surveiller votre poids



## Consultez rapidement !

si vos jambes sont plus gonflées

si vous êtes plus essoufflés

si vous faites des malaises ou perdez connaissance

si vous urinez trop peu par rapport à ce que vous buvez.