

Comprendre l'insuffisance rénale chronique pour adhérer à mon traitement

Docteur Guillaume BIZJAK

Adresse du site : www.docvadis.fr/guillaume-bizjak



Validé par

le Comité Scientifique Néphrologie

A la suite d'une maladie rénale chronique (MRC) qui altère progressivement les reins, il peut survenir une insuffisance rénale chronique (IRC). Il y a différents types de MRC ; mais les MRC ont une seule et même conséquence : l'IRC. Celle-ci est silencieuse. En effet, on ne souffre pas des reins. Cependant, une surveillance médicale régulière, la bonne observance de votre traitement et une hygiène diététique adaptée permettent de ralentir l'évolution de l'IRC et de prendre en charge ses conséquences.

Comment mesurer la progression de l'IRC?

Afin de mesurer votre fonction rénale, votre néphrologue vous prescrit des examens de contrôle réguliers. Il s'agit d'examens sanguins et des urines, réalisés dans un laboratoire d'analyses médicales. Le principal élément de contrôle est le volume de liquide filtré par le rein sur un temps donné, appelé débit de la filtration glomérulaire (DFG). Cela permet de mesurer l'activité du rein.

Quels sont les différents stades de l'IRC ?

Les stades de l'IRC sont définis en fonction du niveau d'activité de vos reins, mesuré par le DFG. Le stade 1 correspond au début de la maladie. Lorsque la maladie atteint le stade 4, vos reins ne sont plus capables de jouer pleinement leur rôle. Au stade 5, une suppléance doit être envisagée pour les remplacer si nécessaire.

Comment prévenir l'aggravation de l'IRC ?

Dès l'annonce du diagnostic, un certain nombre de mesures sont mises en place pour prévenir l'aggravation de l'IRC. Ces traitements sont prescrits par les médecins qui vous suivent dans le cadre d'une prise en charge multidisciplinaire : médecin généraliste, néphrologue, cardiologue, éventuellement diabétologue ou autre spécialiste si nécessaire. L'équipe médicale vous encourage à bien vous informer sur votre maladie pour mieux agir et prévenir son aggravation.

Traitement de l'hypertension artérielle : L'hypertension aggrave les lésions rénales et favorise les complications cardiovasculaires. Elle doit être corrigée le plus tôt possible. Votre médecin vous prescrit un médicament comme un inhibiteur de l'enzyme de conversion ou un antagoniste des récepteurs de l'angiotensine 2 qui ralentit la destruction des reins.

Diminution de la quantité de protéines absorbées : Une alimentation riche en protéines fait davantage travailler les reins et favorise l'aggravation de l'insuffisance rénale. Avec l'aide d'une diététicienne, il est recommandé d'adapter l'apport en protéines au stade de votre insuffisance rénale.

Arrêt du tabac : Le tabac accélère la progression de l'insuffisance rénale et favorise les complications cardiovasculaires. Il est donc essentiel d'arrêter votre consommation de tabac.

Équilibre glycémique : Si votre insuffisance rénale est liée à un diabète, un bon équilibre glycémique permet de ralentir l'évolution de l'insuffisance rénale et de prévenir l'apparition des complications. L'hémoglobine glyquée permet de mesurer l'équilibre glycémique. Votre médecin vous indiquera la valeur cible à rechercher.

Protéger vos reins de toute toxicité, en particulier médicamenteuse : Vous pouvez avoir recours à la plupart des médicaments couramment prescrits. Toutefois, la prise d'un médicament présente un risque pour les personnes souffrant d'insuffisance rénale. Il est essentiel de consulter votre médecin avant de prendre quelque médicament que ce soit.

Comment traiter les conséquences de l'insuffisance rénale chronique ?

Nutrition : Une alimentation équilibrée est indispensable pour éviter une dénutrition ou à l'inverse des apports alimentaires trop riches. Un suivi effectué par une diététicienne permet de mettre en place une

alimentation adaptée à votre état.

Le bicarbonate : L'une des conséquences directe de l'IRC est l'acidose métabolique, qui peut engendrer dénutrition, fatigue musculaire et lésions osseuses. Pour corriger l'acidose, votre médecin vous prescrit des bicarbonates.

L'érythropoïétine (EPO) : L'EPO est naturellement fabriquée par les reins. Elle stimule la moelle osseuse qui fabrique les globules rouges. En cas d'IRC, il peut être nécessaire de vous apporter de l'EPO pour traiter votre anémie d'origine carencielle.

Le calcium et la vitamine D sont prescrits pour éviter la carence en vitamine D et les conséquences du mauvais fonctionnement de la parathormone qui, produite en excès, fragilise les os.

Les chélateurs du phosphore : Ils empêchent l'absorption du phosphore contenu dans l'alimentation. Votre médecin vous prescrit ces médicaments lorsque le niveau de phosphore contenu dans votre sang est trop élevé, responsable de complications cardio-vasculaires.

Que faire lorsque la fonction rénale devient insuffisante ?

Lorsque l'insuffisance rénale devient sévère (stade 4), il est nécessaire de prévoir un traitement pour suppléer votre fonction rénale ; cela facilite sa mise en place le moment venu.

Cette décision se prend avec votre néphrologue, votre médecin généraliste et une infirmière entraînée à la dialyse. Trois méthodes de suppléance existent : la dialyse péritonéale, l'hémodialyse, et la greffe.

En fonction de votre choix, l'équipe médicale programmera la mise en place des dispositifs nécessaires pour la dialyse. Elle vous fera également pratiquer un bilan approprié pour vous inscrire sur la liste d'attente des greffes, si cela est possible.

L'insuffisance rénale chronique est une maladie évolutive silencieuse. N'hésitez pas à vous informer sur votre maladie pour participer pleinement à sa prise en charge. Vous pouvez vous rapprocher des associations de patients qui vous fourniront écoute et conseils.

