

Semaine nationale du rein

Les réponses aux questions que vous vous posez le plus sur l'insuffisance rénale



À l'occasion de la 13e Semaine nationale du rein, nous répondons à dix questions que vous vous posez (peut-être) sur ces pathologies.

Illustration © SALESSE Florian

Souvent considérées comme silencieuses, les maladies rénales ne cessent d'augmenter et concernent tous les âges. Face à l'absence de symptôme, elles sont souvent détectées trop tard et deviennent alors irréversibles. À l'occasion de la 13e Semaine nationale du rein, nous répondons à dix questions que vous vous posez (peut-être) sur ces pathologies.

1. Les reins, ça sert à quoi ?

Situés de part et d'autre de la colonne vertébrale, en dessous des côtes (et non en bas du dos comme beaucoup le croient), les reins ont pour principale mission de **filtrer le sang** et d'évacuer les déchets du corps via les urines. Il participe aussi à la **stabilité de l'organisme** et contribue au maintien de l'équilibre hydrique, de certains minéraux et d'autres substances dont le corps a besoin. "Chez un adulte, il mesure 12 cm sur 6 en largeur, 3 cm d'épaisseur et pèse environ 160 grammes", décrit [France rein](#).

2. Qu'est ce que l'insuffisance rénale ?

C'est la **diminution de la fonction des reins**. On parle d'insuffisance chronique lorsque les reins cessent de fonctionner de façon irréversible. On parlera d'insuffisance rénale dite terminale lorsque les reins ne fonctionnent plus du tout. L'insuffisance aiguë survient, elle, lorsque les reins sont privés de sang. Elle est réversible à condition de la diagnostiquer assez tôt.

[Bristol-Myers Squibb](#)@BMSFrance

La 13ème édition de la [#SemaineNationaleduRein](#) débute aujourd'hui ! Une initiative de [@FranceRein](#) pour sensibiliser le grand public aux problématiques relatives aux maladies rénales [#CancerDuRein](#) [#Santé](#) [#Nephrologue](#) [#Prevention](#) [#Depistage](#) [#Rein](#) [#Femme](#)
[10:30 - 3 mars 2018](#)



3. Quelles sont les causes ?

Le diabète et l'hypertension sont les deux principales causes de l'insuffisance rénale. Elle peut parfois être causée par une infection urinaire qui n'a pas été soignée, "mais cette part reste faible, environ 1% à 2%", précise France rein. L'obésité est également un facteur de risque important.

4. Qui sont les plus concernés par cette maladie ?

Si l'insuffisance rénale ne fait pas de distinction d'âges (bien qu'elle survient souvent après 45 ans) elle touche **davantage les hommes que les femmes**. "Trois fois plus environ", selon le Docteur Benoit Jonon, chef du service néphrologie-hémodialyse du centre hospitalier d'Auxerre. D'où la volonté du Réseau France rein qui organise la Semaine du rein dans toute la France, de retenir le thème "Le Rein et la santé de la femme" pour cette 13^{ème} édition. "Les femmes représentent **40% des personnes en insuffisance rénale chronique (IRC) terminale** et ont des problèmes qui leur sont spécifiques : fertilité souvent perturbée, grossesses à risques...", explique France Rein.



France rein organise des dépistages anonymes et gratuits en Bourgogne à l'occasion de la semaine du Rein - photo d'illustration

5. Pourquoi et comment se faire dépister ?

Face aux pathologies rénales, souvent considérées comme silencieuses en raison de l'**absence de symptôme** pouvant indiquer une défaillance, le dépistage reste la seule façon de prévenir la maladie, ou du moins, de la repérer à un stade où elle peut être réversible. "C'est **généralement à un stade très avancé de la maladie que l'on se rend compte qu'on est malade**. Aujourd'hui en France, plus d'un tiers des personnes entrent en urgence en traitement de suppléance (greffe ou dialyse)", explique France rein.

Cette semaine, à l'occasion de la Semaine du rein, **plusieurs dépistages gratuits sont organisés en Bourgogne-Franche-Comté.**

- Mardi 6 mars de 10 heures à 17 heures au service néphrologie de l'Hôpital de **Nevers**.
- Mercredi 7 mars, de 10 heures à 17 heures au service néphrologie de la clinique Clément-Drevon, à **Dijon**.
- Jeudi 8 mars, de 10 heures à 17 heures au CHU de **Dijon** (bocage central) et dans le hall de la Faculté de droit
- Vendredi 9 mars, de 10 heures à 17 heures à la Clinique Bénigne-Joly à **Talant** (Côte d'Or)

En dehors des dépistages organisés, les **médecins traitants** ont la possibilité de **prescrire des analyses** d'urine afin de détecter une éventuelle anomalie dans le fonctionnement des reins.

Le dépistage est simple et rapide. Il suffit d'uriner dans un récipient. Une bandelette en papier sera trempée dans l'urine avant d'être analysée par une machine dédiée. Le résultat est connu au bout de quelques minutes.

6. Comment éviter d'être touché par une insuffisance rénale ?

Il n'existe malheureusement pas de solution miracle pour prévenir cette pathologie. Néanmoins, puisque les principales causes sont le diabète et l'hypertension, une surveillance de ces maladies peut permettre de prévenir l'insuffisance rénale. Il est également conseillé de consulter et de se soigner rapidement en cas d'infection urinaire. Par ailleurs, **une bonne éducation alimentaire et une prise en charge précoce** permettent de limiter les risques", pense le Docteur Benoit Jonon.

7. En cas d'insuffisance rénale, comment est-on soigné ?

Face à l'insuffisance rénale chronique, **deux traitements dits de suppléance** sont proposés aux patient : **la dialyse ou la greffe de rein**. En France, plus de 80.000 personnes vivent grâce à un de ces deux traitements.

En 2016, l'Agence de la biomédecine recense 3.615 greffes de reins. Cet organe est celui qui est le plus concerné par la transplantation, devant les greffes hépatiques (1.322) et loin devant les greffes cardiaques (477) ou pulmonaires (371). Pour pouvoir être greffé, il faut être inscrit sur le registre dédié, ou être compatible avec un donneur de la même famille.

Photo d'archives Florian Salesse



Autre traitement, **la dialyse**, souvent plus lourd et contraignant pour les patients en terme de qualité de vie. Il permet de **nettoyer le sang des déchets normalement évacués par les reins**. Il en existe deux types. **L'hémodialyse consiste à filtrer le sang artificiellement.** Il passe à l'extérieur du corps pour être filtré dans un dialyseur avant de revenir nettoyé dans l'organisme. Pour cela, on installe un cathéter ou une fistule artério-veineuse (pour relier une artère à une veine) afin de faciliter le flux. **La dialyse péritonéale consiste à utiliser le péritoine pour filtrer le sang.** On y installe alors un cathéter pour y injecter le dialysat. La dialyse représente un coût financier important pour l'Assurance maladie qui l'avait établi à plus de 4 milliards d'euros en 2007. Une séance coûte environ 350 euros.

8. Qui peut donner un rein à qui ?

Face à l'insuffisance rénale, la greffe se présente comme la meilleure alternative pour continuer à vivre une "vie la plus normale possible", comme l'explique Abdelilah Ait-Kicha, un Avallonnais de 34 ans qui a donné un de ses reins à son père atteint d'une IRC depuis plus de vingt ans, afin de lui éviter ce traitement lourd qu'est la dialyse.

"Le don est très réglementé. Soit on est inscrit sur la liste et on est éligible, soit une personne de la famille peut faire le don, à condition qu'elle soit compatible", explique l'homme opéré il y a un mois. En effet, selon l'agence de Biomédecine "Toute personne majeure vivante, volontaire et en bonne santé peut donner un rein dans les conditions définies par la loi". Pour mieux répondre aux besoins des familles, la loi de bioéthique de 2011 a élargi le cercle des donateurs vivants d'organes. En plus du père, ou de la mère, un fils, une fille, un frère ou une sœur du receveur peut être donneur avec une dérogation. Cette règle s'applique aussi au conjoint, grands-parents, oncles, tantes, cousins et cousines du receveur.

Abdelilah Aït-Kicha, Avallonnais de 34 ans a donné un rein à son père pour lui éviter la dialyse - photo Jérémie Fulleringer



9. Peut-on vivre avec un seul rein ?

Oui, il est tout à fait possible de vivre avec un seul rein. Néanmoins, après une greffe, le rein "unique" doit apprendre à fonctionner seul. Pour Abdelilah, qui a donné un de ses reins à son père, "il faudra bien compter un an et demi, voire deux ans". L'homme, qui a subi une intervention chirurgicale de 5 heures au CHU de Dijon ne regrette pas son geste. "Le don d'organe n'est encore pas vraiment rentré dans les mœurs en France, pourtant, il est primordial. Même si les démarches sont parfois longues, je ne regrette rien, c'était un geste naturel."

Photo Jérémie Fulleringer



10. Combien de personnes sont touchées en France ?

D'après France Rein, réseau solidaire des personnes atteintes de pathologies rénales, "un Français sur 10 est concerné par cette maladie". Selon les derniers chiffres du registre REIN de 2015, 11.000 personnes sont arrivées au stade dit "terminal" de l'insuffisance rénale et ont dû débuter un traitement de suppléance. Environ 46.000 personnes étaient dialysées et 36.000 ont été greffées.

Le néphrologue Benoît Jonon du centre hospitalier d'Auxerre parle d'un nombre en augmentation depuis une quinzaine d'années.

Maëlle Hamma