

# L'insuffisance rénale chronique



## L'insuffisance rénale chronique

Le terme *insuffisance rénale chronique* (IRC) est employé pour décrire plusieurs problèmes de santé affectant les reins ou provoquant une diminution de la fonction rénale pendant trois mois ou plus.

L'insuffisance rénale peut varier de légère à grave. Dans certains cas, elle peut aussi entraîner une *insuffisance rénale terminale* (IRT), aussi appelée insuffisance rénale au stade ultime. Souvent l'insuffisance rénale s'installe lentement et évolue au fil des ans sans donner de symptômes. Vous ne saurez peut-être pas que vous souffrez d'IRC avant d'avoir perdu la majeure partie de votre fonction rénale. Heureusement, chez la plupart des gens, la maladie n'atteint pas le stade de l'insuffisance rénale terminale. Si le diagnostic est posé de façon précoce, vous pouvez prendre les mesures nécessaires pour préserver l'état actuel de votre fonction rénale.

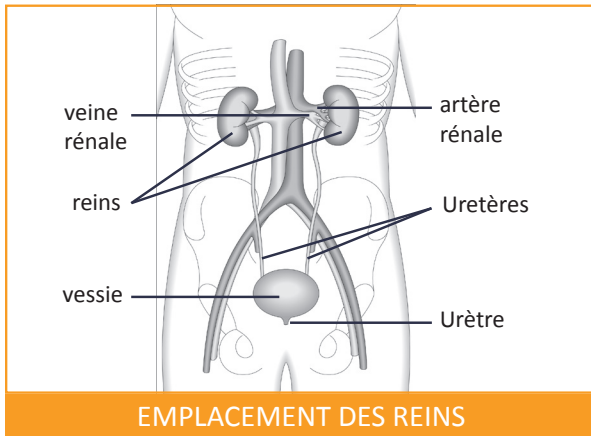
« Terminal » ne signifie pas que c'est la fin de votre vie. Cela veut plutôt dire que votre fonction rénale a atteint le stade terminal : vos reins n'arrivent plus à filtrer le sang de façon adéquate. Diverses options de traitements sont offertes lorsque les reins ne s'acquittent plus de leur tâche, notamment diverses formes de dialyse, la greffe rénale et la prise en charge conservatrice de l'insuffisance rénale terminale (des soins de soutien autres que la dialyse). Pour en savoir plus sur les options de traitements, communiquez avec le bureau local de La Fondation du rein afin de demander un exemplaire de notre guide pour les patients, *Livret deux : Vivre avec une insuffisance rénale terminale*.

Le (s) modèle (s) sont une représentation de personnes atteintes de maladie rénale.



## Que font les reins?

Vos reins sont aussi importants pour votre santé que votre cœur et vos poumons. Les reins éliminent les déchets de votre organisme, contrôlent les quantités d'eau et fabriquent des hormones. Nous avons normalement deux reins situés de chaque côté du dos sous la cage thoracique. Chaque rein est d'un brun rougeâtre et a la forme d'un haricot et la taille d'un poing fermé.



Des reins en santé filtrent les déchets du sang et retournent le sang purifié dans le système. Ils régularisent les quantités d'eau, de sels, d'acides et de divers minéraux dont votre organisme a besoin pour se maintenir en santé. Ils produisent des hormones qui contrôlent d'autres fonctions importantes de l'organisme, dont la tension artérielle. De nombreux autres organes dépendent de vos reins pour leur bon fonctionnement.

## Les causes de l'insuffisance rénale chronique

Il existe différents types de maladies et de troubles rénaux. Certaines maladies rénales se manifestent dès la naissance alors que d'autres apparaissent avec l'âge. La maladie rénale est souvent associée à d'autres problèmes de santé, comme le diabète, l'hypertension ou les cardiopathies.

La plupart des maladies rénales attaquent les filtres du rein, détériorant ainsi leur capacité à éliminer les déchets et l'excès de liquides. Il n'existe pas de traitement curatif pour l'IRC, mais il peut être possible de la prévenir ou d'en ralentir l'évolution. C'est particulièrement vrai chez les personnes souffrant de diabète et/ou d'hypertension, qui sont les principales causes de l'insuffisance rénale terminale.

Les principales causes de l'insuffisance rénale

- Diabète
- Hypertension artérielle
- Glomérulonéphrite (des maladies causant spécifiquement une inflammation des reins)
- Maladie polykystique des reins (une maladie génétique)
- Obstruction des voies urinaires (blocage de l'urine en provenance des reins)
- Calculs rénaux à répétition (présents en grand nombre, les calculs rénaux risquent d'endommager les reins et de causer une détérioration de la fonction rénale)
- Problèmes rénaux liés à l'usage de drogues ou d'origine médicamenteuse (l'usage de drogues illégales et de certains médicaments d'ordonnance et en vente libre peuvent endommager vos reins)

# Les cinq stades de l'insuffisance rénale chronique

L'IRC comprend cinq stades. Chaque stade est en lien avec la proportion de la fonction rénale qui demeure active et la gravité des lésions rénales. Ce tableau vous aidera à mieux comprendre l'IRC à chacun de ses stades.

STADE D'IRC	FONCTION RÉNALE	SYMPTÔMES	OPTIONS DE TRAITEMENT
<b>NORMALE</b>	60 % et plus*	Aucun symptôme observé	Identifier la cause de l'atteinte rénale (par exemple: l'échographie rénale à la recherche de kystes rénaux)  Surveiller le rapport albumine-créatinine dans l'urine et le débit de filtration glomérulaire (DFG)
<b>LÉGÈRE</b>	45 % - 59 %	Aucun symptôme observé	Surveiller le rapport albumine-créatinine dans l'urine, le DFG, la tension artérielle, ainsi que l'état de santé et le bien-être général  Tenter d'empêcher ou de ralentir la détérioration de la fonction rénale
<b>MODÉRÉE</b>	30 % - 44 %	Des premiers symptômes peuvent apparaître, entre autres la fatigue, une perte d'appétit et des démangeaisons	Surveiller le rapport albumine-créatinine dans l'urine et le DFG et continuer à essayer d'empêcher ou de ralentir la détérioration de la fonction rénale  Apprendre à se familiariser avec la maladie rénale et les options de traitement
<b>GRAVE</b>	15 % - 29 %	Aggravation des symptômes (fatigue, perte d'appétit, démangeaisons)	Surveiller le rapport albumine-créatinine dans l'urine et le DFG et continuer à essayer d'empêcher ou de ralentir la détérioration de la fonction rénale  Établir le traitement approprié : accès à la dialyse, évaluation en vue d'une greffe rénale ou renseignements sur la prise en charge conservatrice de l'insuffisance rénale terminale
<b>INSUFFISANCE RÉNALE TERMINALE</b>	Moins de 15 %	Une fatigue intense, des nausées, une difficulté à respirer et des démangeaisons sont parfois observées	Surveiller le rapport albumine-créatinine dans l'urine et le DFG et continuer à essayer d'empêcher ou de ralentir la détérioration de la fonction rénale  Poursuivre la prise en charge conservatrice de l'insuffisance rénale terminale, établir un plan en vue de la greffe rénale ou entreprendre une dialyse (selon les symptômes) **

\* Normal, sauf en cas de maladie sous-jacente, de lésion aux reins ou de présence d'albumine dans l'urine.

\*\* Le moment de l'instauration de la dialyse sera déterminé en tenant compte d'un grand nombre de facteurs. Discutez-en avec les médecins qui vous traitent et avec votre équipe soignante.

Les personnes d'origine autochtone, africaine-antillaise, asiatique, sud-asiatique, hispanique ou océanienne risquent davantage de souffrir d'une insuffisance rénale terminale. Chez elles, les facteurs de risque sont plus nombreux et la fonction rénale se dégrade plus rapidement à un âge plus jeune. Les autochtones (membres des Premières Nations, Inuits et Métis) du Canada sont trois fois plus susceptibles d'être atteints d'une insuffisance rénale terminale que les non-autochtones.

## Symptômes de l'IRC

Certains des signes et des symptômes d'une dégradation de la fonction rénale :

- Hypertension artérielle
- Enflure autour des yeux, des mains et des pieds
- Urine sanglante, trouble ou ayant la couleur du thé
- Formation d'un excédent de mousse lors de la miction, ce qui peut indiquer la présence de protéines dans l'urine
- Besoin fréquent d'uriner durant la nuit
- Urine moins abondante ou difficulté à uriner
- Fatigue et difficulté de concentration
- Perte d'appétit ou de poids
- Démangeaisons persistantes et généralisées

## Évaluation de votre fonction rénale

Vous pouvez demander à votre médecin d'évaluer votre fonction rénale. Deux tests sont utilisés pour déceler une dégradation des reins et déterminer le degré d'efficacité actuel de vos reins.

### Analyse sanguine

Une analyse de la créatinine, un test sanguin qui mesure le niveau de déchets dans votre sang, est utilisée pour calculer votre débit de filtration glomérulaire estimé (DFGe ou simplement DFG). Votre DFG indique dans quelle mesure vos reins éliminent les déchets de votre organisme. C'est la façon la plus courante d'évaluer la fonction rénale. Le DFGe représente approximativement le pourcentage de la fonction rénale qui reste.

### Analyse d'urine

Une simple analyse d'urine est utilisée pour déceler la présence de sang et d'une protéine dans votre urine. La présence de cette protéine dans l'urine est habituellement un signe d'insuffisance rénale.

D'autres analyses de sang ainsi que des radiographies, une échographie ou une biopsie des reins pourraient être nécessaires pour diagnostiquer le type exact de maladie rénale et déterminer le traitement qui est le meilleur pour vous.

# Prévention de la progression de l'insuffisance rénale



Chez la plupart des gens, la fonction rénale change lentement et ce ne sont pas toutes les personnes atteintes d'insuffisance rénale chronique qui atteindront le stade de l'insuffisance rénale terminale. Dans la plupart des cas, le maintien d'un mode de vie sain et la prise en charge des autres problèmes de santé que vous pourriez avoir vous aideront à protéger la fonction rénale qui reste.

Quelques façons de prévenir ou de minimiser la progression de l'insuffisance rénale :

- Contrôlez votre hypertension (demandez à votre équipe soignante quelle est votre valeur cible pour la tension artérielle)
- Contrôlez votre glycémie si vous souffrez de diabète (demandez à votre équipe soignante quelle est votre plage de glycémie cible)
- Maintenez un poids santé
- Ne fumez pas
- Soyez actif physiquement
- Adoptez une saine alimentation
- Prenez vos médicaments conformément aux indications du médecin

Pour en savoir plus sur la prise en charge d'une fonction rénale réduite, communiquez avec le bureau local de La Fondation du rein afin de demander un exemplaire de notre guide pour les patients, *Livret un : Vivre avec une fonction rénale réduite*.

## NOTRE VISION

La Fondation canadienne du rein se consacre à l'atteinte d'une excellente santé rénale et d'une qualité de vie optimale des personnes atteintes et la découverte d'un traitement pour la guérison de l'insuffisance rénale.

## NOTRE MISSION

La Fondation canadienne du rein est l'organisme national bénévole qui s'emploie à alléger le fardeau que représente l'insuffisance rénale :

- en finançant et en favorisant des recherches innovatrices en vue de trouver de meilleures options thérapeutiques et un traitement curatif;
- en offrant des programmes éducatifs et de soutien afin de prévenir l'insuffisance rénale chez les personnes à risque et donner aux personnes atteintes la capacité d'optimiser leur état de santé;
- en prônant un meilleur accès à des soins de santé de haute qualité;
- en sensibilisant davantage le public à l'importance de maintenir les reins en bonne santé et de consentir au don d'organes.

Si vous désirez obtenir de plus amples renseignements ou nous épauler dans nos efforts, veuillez communiquer avec le bureau de La Fondation canadienne du rein dans votre région. Vous pouvez aussi visiter notre site Web au [rein.ca](http://rein.ca).

*La Fondation du rein tient à remercier les membres du comité national des programmes et de la politique publique de la Fondation du rein pour leurs contributions et leur expertise professionnelle dans le développement de cette ressource.*

**Cette documentation est offerte sur demande en des formats accessibles. Pour obtenir le format qui vous convient, veuillez faire parvenir un courriel à [info@rein.ca](mailto:info@rein.ca) ou téléphoner au 1-800-361-7494.**