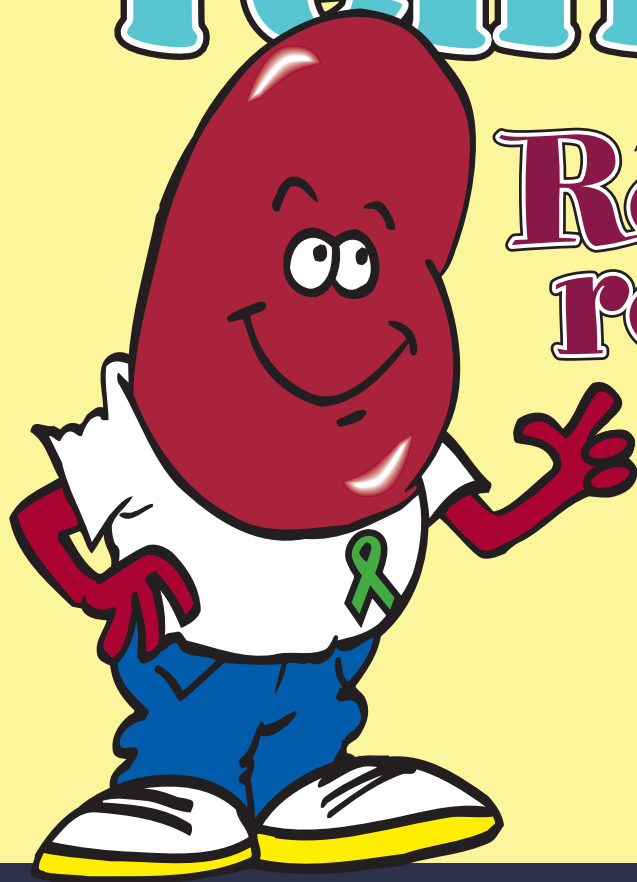
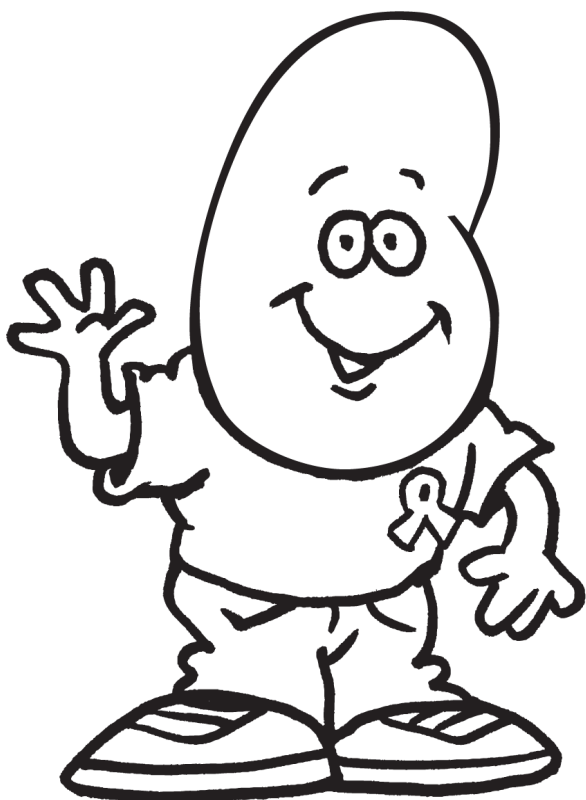


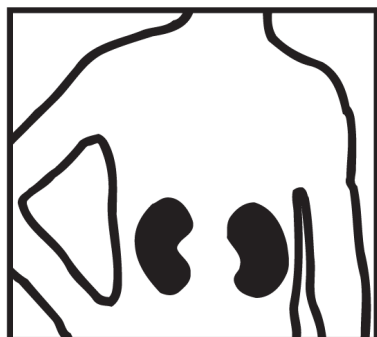
Toi et tes reins



AVEC
René
le rein



Salut ! Je m'appelle René. J'aimerais te présenter tes reins.



Vue de ton dos

Les voici : un de chaque côté de ta colonne vertébrale, protégés par tes côtes inférieures. Ils ressemblent à des haricots, mais en plus gros. Chacun de tes reins est de la taille de ton poignet. Ce sont des organes vitaux. Tu ne peux pas vivre sans eux.

Mes amis, Richard et Rachel, en savent beaucoup sur les reins.

vital, e, aux adj. Essentiel à la vie.

© 2024, La Fondation canadienne du rein

LE MATCH DE LA VIE

Maman, pourquoi dois-tu toujours utiliser cette machine ?

J'aimerais bien mieux vous regarder tous les deux jouer au soccer.



Où m'emmener faire un tour.

Pas maintenant, Rintintin !



Mes reins ne fonctionnent plus à cause de mon diabète. Ils ne sont plus capables de filtrer mon sang.

Alors, c'est ce que fait la machine à ta place ?



Oui, mon p'tit coeur. Cette machine est un appareil de dialyse. Il filtre les déchets de mon sang. J'en ai besoin pour rester en vie.

UN JOUR, LE DR RENAUD ANNONCE DE BONNES NOUVELLES.

On a fait des analyses. Ton oncle, Reynald, est un donneur compatible pour ta mère. Il va lui donner un de ses reins ! Nous ferons la transplantation la semaine prochaine.



Est-ce que ça veut dire que maman n'aura plus besoin de l'appareil de dialyse ?



Les dons vivants, comme on les appelle, ont habituellement un bon taux de succès. Il y a de très fortes chances que ta mère n'ait plus besoin de dialyse après la transplantation.

Tout le monde a deux reins, mais il est possible de vivre en bonne santé avec un seul. Nous avons fait des examens pour être sûrs que ton oncle pourra vivre en bonne santé avec un seul de ses reins.

Mais comment il va faire, mon oncle Reynald, pour filtrer son sang ?

Wow !
Génial !



UN AN PLUS TARD... MAMAN ET SON FRÈRE, REYNALD

Alors, petite sœur, tu aimes le match de soccer ?

Fantastique, Reynald, c'est fantastique !

Hé ! Tu m'emmènes faire un tour ?

OK, OK, on ira après le match.

Merci, oncle Reynald !



dialyse *n.f.* Traitement employé chez les personnes dont les reins ne fonctionnent pas pour éliminer les déchets du sang.
transplantation *n.f.* Intervention chirurgicale qui consiste à transférer l'organe d'une personne chez une autre.



RINTINTIN POSE DES QUESTIONS SUR LES REINS

Vrai ou faux ?

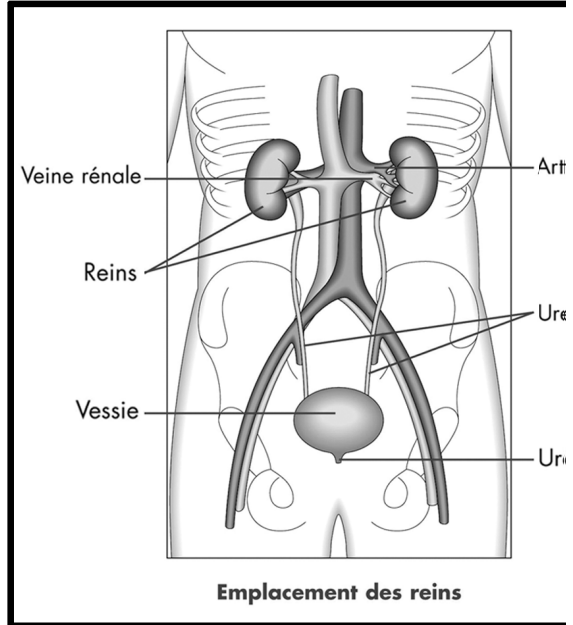
1. Tes reins te permettent de mieux voir dans l'obscurité.
V / F
2. Tes reins aident à contrôler plusieurs fonctions de ton corps.
V / F
3. Tes reins éliminent les déchets de ton sang et les expulsent lorsque tu urines.
V / F
4. Chaque jour, en moyenne 15 Canadiens apprennent qu'ils souffrent d'insuffisance rénale.
V / F
5. Tu ne peux rien faire pour garder tes reins en bonne santé.
V / F
6. Tes reins filtrent un litre de sang chaque minute.
V / F
7. Des bruits désagréables ou prolongés peuvent endommager les reins.
V / F
8. Si jamais tes deux reins ne faisaient plus leur travail, tu aurais besoin de dialyse ou d'une transplantation pour te maintenir en vie.
V / F

TES REINS SERVENT À MAINTENIR L'ÉQU

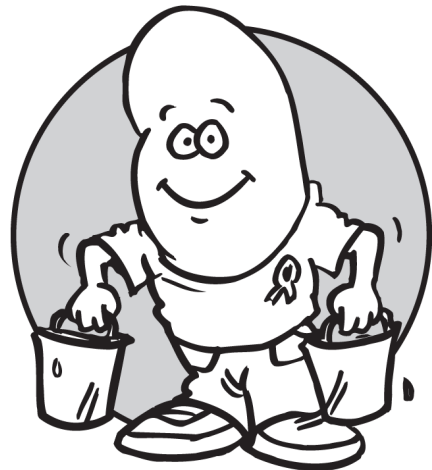
Un voyage dans le corps

Le système urinaire

Le sang pénètre dans les reins par les artères rénales. Une fois filtré, le sang retourne vers le cœur par les veines rénales. Les reins prennent l'eau et les déchets contenus dans le sang pour les transformer en urine. L'urine passe du bassinnet du rein à la vessie par l'uretère. L'urine est alors emmagasinée dans la vessie et est évacuée par l'urètre lorsque tu urines.



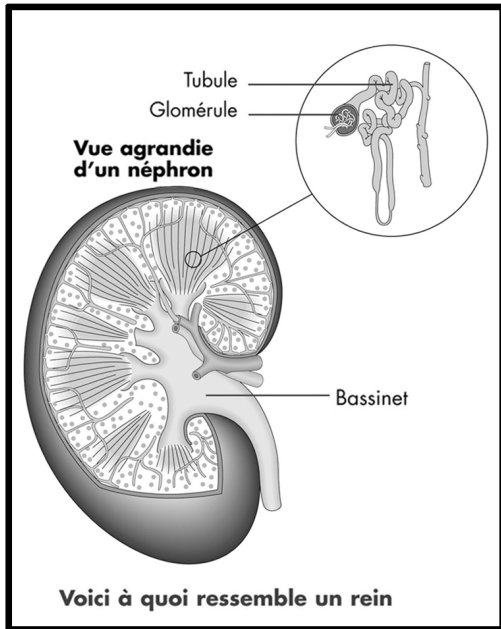
Les reins éliminent ce que ton corps ne peut pas utiliser et ils recyclent ce qui peut être utilisé. C'est grâce aux reins que chaque substance à l'intérieur du corps – l'eau, le sodium, le potassium et le calcium, par exemple – est au bon niveau.



QUILIBRE À L'INTÉRIEUR DE TON CORPS.

L'usine de filtration et de recyclage du corps

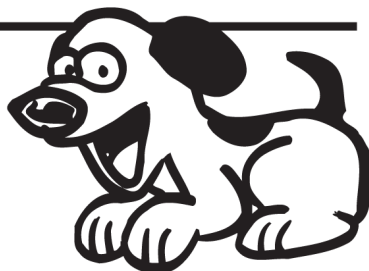
- Artère rénale
- Uretères
- Urètre



Chaque rein est composé de plus d'un million de minuscules néphrons. Chaque néphron est pourvu d'un filtre microscopique appelé « glomérule ». Ce filtre retire l'eau et les déchets du sang. Les tubules transforment alors les déchets en urine, puis les transportent jusqu'au bassinnet du rein.

Regarde «Un voyage dans le corps » ci-dessus.

Écris les lettres qui sont différentes et tu trouveras la définition des reins selon Rintintin.



--	--	--	--	--	--	--	--

- artère** *n.f.* Vaisseau qui transporte le sang du cœur vers les autres parties du corps.
néphron *n.m.* Partie du rein qui maintient en équilibre les divers éléments chimiques dans le corps.
glomérule *n.m.* Partie minuscule de chaque néphron qui filtre et trie les déchets.
rénal *adj.* Relatif aux reins.
uretère *n.m.* Tube qui transporte l'urine du rein à la vessie.
urètre *n.m.* Conduit qui part de la vessie pour évacuer l'urine.

GARDE TES REINS EN BONNE SANTÉ.

Comment peux-tu savoir s'il y a quelque chose qui cloche avec tes reins ?

Si ton urine est rose, rouge ou brune comme du cola ou si tu as des problèmes à uriner, il faut aller voir un médecin immédiatement.

Souvent les gens apprennent qu'ils sont atteints d'une maladie rénale seulement lorsque la situation est grave. Ils peuvent ne pas se sentir bien, mais sans avoir de symptôme précis.

C'est ce qui est arrivé à ma maman. Elle semblait aller bien. Puis, un jour, on a su qu'elle avait un gros problème avec ses reins.

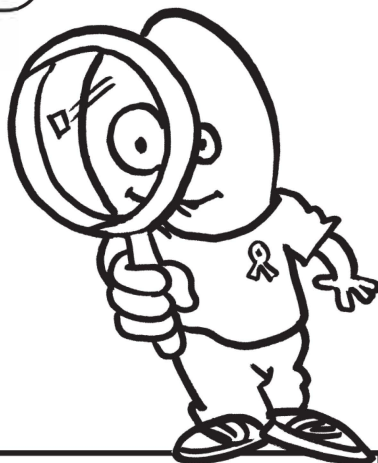
**Que peux-tu faire pour garder tes reins en bonne santé ?
Déchiffre le code pour trouver les réponses.**

BWPJS VOF CPOOF BMJNF~~OUBU~~JPO.

GBJSF EF M'FYFSDJDF.

CPJSF EF M'FBV.

Utilise le code pour bâtir ton propre message au sujet des aliments que tu devrais manger ou éviter.

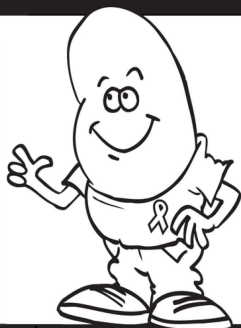


Le médecin a besoin d'un échantillon d'urine et d'un échantillon de sang pour vérifier si tes reins sont en bonne santé.



ÉLIMINE LES MOTS SE RAPPORTANT AUX REINS

*Trouve au moins 12 mots
qui se rapportent aux reins.
Les mots peuvent se lire à
l'envers, de gauche à droite
et en diagonale. Écris-les sur
une feuille à part.*



R	N	E	P	H	R	O	N	I	S	T
E	E	P	E	R	T	L	I	F	A	G
R	N	I	O	E	A	V	I	S	N	N
T	A	L	N	R	E	R	I	L	T	A
E	G	I	D	S	G	S	T	U	E	S
R	R	R	S	O	Y	A	A	E	H	P
U	O	I	I	L	T	E	N	W	R	L
P	E	L	A	N	E	R	Y	E	A	E
E	T	N	A	L	P	S	N	A	R	T
G	L	O	M	E	R	U	L	E	U	T

ENSUITE, RECYCLE-LES !

*Utilise le plus de mots cachés possible pour
écrire quelques phrases au sujet des reins.*

Réponses aux questions de Rintintin

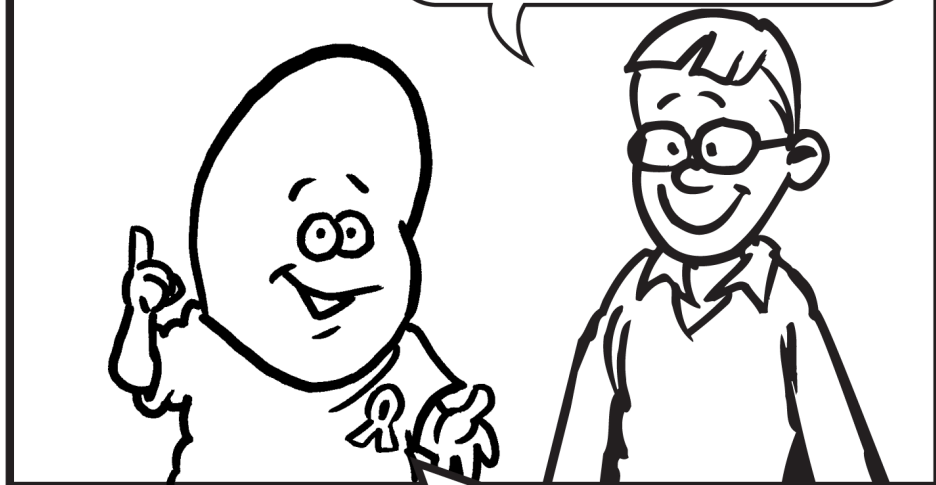
- 1. Faux.** C'est l'iris (le cercle coloré autour de la pupille) qui permet à nos yeux de s'ajuster à la lumière.
- 2. Vrai.** Les reins régularisent la quantité d'eau dans ton corps, éliminent les déchets et équilibrent les minéraux. Ils produisent également des hormones qui contrôlent la tension artérielle et la production de globules rouges, en plus d'assurer bien d'autres fonctions.
- 3. Vrai.** Les reins éliminent l'excédent d'eau et d'autres substances présentes dans ton sang, que ton corps ne peut pas utiliser et les transforment en urine.
- 4. Vrai.** Chaque jour, en moyenne 15 Canadiens apprennent qu'ils souffrent d'insuffisance rénale et que leur survie dépend de la dialyse ou d'une greffe de rein.
- 5. Faux.** Une bonne alimentation et un programme d'exercice aident à maintenir les reins en santé.
- 6. Vrai.** Les reins filtrent ton sang 400 fois par jour !
- 7. Faux.** Le bruit, quant à lui, peut endommager tes tympans. Le diabète et l'hypertension artérielle peuvent endommager tes reins.
- 8. Vrai.** Tes reins sont des organes vitaux. S'ils ne font plus leur travail, il faut une solution de rechange pour te maintenir en vie.



Casse-tête
p. 5 : haricots
p. 6 : Avoir une bonne alimentation. Faire de l'exercice. Boire de l'eau.
(Pour déchiffrer le code, utilise la lettre de l'alphabet qui précède :
par exemple A=B, Y=Z.)
p. 7 : artère, filtre, glomérule, néphron, organe, reins, rénal, sang,
santé, transplanté, urine, vessie.

On peut faire don de ses reins et d'autres organes vitaux.

Vingt-six pour cent des reins transplantés proviennent de donneurs vivants comme moi. Le reste provient de personnes qui, avant de mourir, ont informé leur famille de leur volonté de faire don de leurs organes.



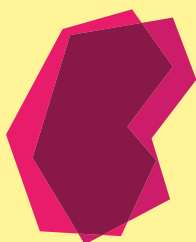
Le ruban vert représente le don d'organe.

NOTES:

Pour en savoir plus sur la santé des reins et le don d'organe, consultez le site www.rein.ca/ontario ou www.kidney.ca/ontario

Nom _____

Classe _____



FONDATION
DU **rein** MC

rein.ca
1 800 361 7494
info@rein.ca

Available in English