

## Insuffisance rénale : une maladie silencieuse

### Une personne sur 10 aurait les reins malades sans le savoir

close

volume\_off

Six millions, c'est le nombre de personnes souffrant de maladies rénales chroniques (MRC) en France. Mais ce chiffre serait bien loin de la réalité. La raison : un diagnostic souvent établi tardivement. Selon une enquête inédite révélée par l'Ipsos, début mars, seule la moitié des patients atteints de MRC sont diagnostiqués et seul 1 Français sur 10 a déjà entendu parler de maladies rénales et sait ce dont il s'agit.

Autres révélations : une majorité de Français aurait une méconnaissance du rein et de sa fonction vitale. En effet, près d'1 Français sur 2 pense que le rein n'est pas essentiel au fonctionnement du corps humain (48 %) et près de 2 Français sur 5 considèrent que les problèmes rénaux n'ont pas de conséquences très graves pour la santé (36 %). Plus préoccupant encore, moins d'1 personne à risque sur 4 considère qu'elle est susceptible de développer une maladie rénale chronique (24%) et moins d'1 personne à risque sur 5 déclare faire l'objet d'un suivi concernant sa santé rénale (18%). Par ailleurs, près de 25 % des patients au stade modéré de la maladie décèdent dans les 5 ans. D'où l'importance du dépistage précoce pour éviter ce point de non-retour.

Comment survient-elle ? Est-il facile de la détecter ? Quelle est sa prise en charge ? Les réponses de Valérie Faure-Luc, néphrologue à la clinique de La Casamance à Aubagne.

Insuffisance rénale : de quoi s'agit-il ?

Le rein est un filtre qui est chargé d'épurer le sang de ses toxines. Chaque jour, il produit de l'urine afin d'éliminer ces déchets. Quand ils n'assurent plus sa fonction, on parle alors de maladie rénale. Pour estimer la fonction rénale, on calcule le débit de filtration. Celui-ci doit être supérieur à 60 ml/min. En cas d'indice inférieur, les reins fonctionnent au ralenti. On parle alors d'insuffisance rénale. Selon la classification, il existe 5 stades. Au stade 3, on commence à parler d'insuffisance rénale modérée. Le stade 5 correspond à un stade de maladie rénale terminale.

Quelles sont les causes ?

Principalement une pression artérielle trop élevée, la présence de protéines dans les urines sont également des signaux d'alerte. De même le diabète et l'hypertension artérielle ainsi qu'une surcharge pondérale importante et les troubles métaboliques. On cite aussi des maladies génétiques, la principale étant la polykystose rénale qui se traduit par l'apparition de nombreux kystes

sur le rein. L'apparition de l'insuffisance rénale peut être liée aussi aux infections urinaires chroniques ou aux calculs. Enfin, il y a le vieillissement naturel. Au-delà de 60 ans, on note une baisse du débit de filtration. Elle est de l'ordre d'1 ml/min tous les 5 ans. On l'évoque moins mais une prise excessive de certains médicaments comme les anti-inflammatoires, impacte les reins.

Quels sont les symptômes qui doivent alerter ?

Les premières manifestations peuvent être des oedèmes des membres inférieurs, une tension haute, une grande fatigue, des démangeaisons relatives à un taux d'urée assez élevé dans le sang, des nausées avec parfois des vomissements et une perte d'appétit.

Comment le diagnostic peut-il être établi ?

L'insuffisance rénale est en principe décelée lors d'une prise de sang qui indique le dosage de la créatinine. Cela nous permet d'estimer la filtration rénale. Une analyse d'urine également est associée pour vérifier la présence d'albumine.

Quels sont les conseils pour ralentir une insuffisance rénale ?

Il est possible de prévenir ou de ralentir les symptômes. Mais le premier conseil à donner est d'adopter des règles hygiéno-diététiques de bon sens. C'est ce qu'on appelle le traitement néphroprotecteur qui va traiter tous les facteurs de risques, c'est-à-dire équilibrer le diabète, équilibrer l'hypertension, éviter les médicaments qui sont toxiques sur les reins. C'est limiter la consommation de protéines. C'est aussi de lutter contre le surpoids parce que le surpoids est un facteur de risques, lutter contre les risques cardiovasculaires. La prise en charge de l'insuffisance rénale dépend de son stade d'évolution. Si la maladie s'aggrave, on a recours au traitement dit de suppléance qui correspond à la transplantation rénale et la dialyse. Et dans les deux cas, il y aura forcément un changement de mode de vie et des contraintes. Mais pour limiter les risques, le meilleur remède reste le dépistage.



[https://production-laprovence.twic.pics/v1/crop=1800x1012@0x141/cover=993x520/image:media/hermes/20230327/20230327\\_1\\_6\\_1\\_1\\_0\\_obj27805676\\_1.jpeg](https://production-laprovence.twic.pics/v1/crop=1800x1012@0x141/cover=993x520/image:media/hermes/20230327/20230327_1_6_1_1_0_obj27805676_1.jpeg)

La dialyse est un traitement de suppléance qui remplace en partie la fonction rénale. Photo DR

*Par Florence COTTIN*

