

## Votre pharmacien peut-il vous aider à préserver la santé de vos reins ?

VASMANT, DANIEL

### Membre correspondant de l'Académie nationale de pharmacie, coordinateur du réseau de néphrologie d'Île-de-France (Rénif)

Comme près d'un million et demi de Français, vous êtes peut-être atteint d'une maladie rénale... Et vous ne le savez pas ! Vous ignorez sans doute aussi que, si vous laissez les déchets s'accumuler dans votre sang parce que vos reins ne fonctionnent pas correctement, votre organisme se fatigue lentement, mais sûrement... Et surtout en silence. Quand la maladie rénale se déclare, c'est parfois trop tard ! Aujourd'hui, en France, 85 000 personnes sont en dialyse ou ont bénéficié d'une greffe de rein. Sur les 11 000 nouveaux cas d'insuffisance rénale chronique diagnostiqués chaque année, un tiers doit être dialysé en urgence, sans y avoir été préparé, avec les répercussions psychologiques que l'on peut imaginer et les contraintes d'un traitement lourd !

La vigilance et la prévention sont une des meilleures parades contre cette maladie. Mais comment repérer précocement une affection dont les symptômes ne se déclarent qu'à un stade avancé ? Un vrai casse-tête, car on peut rester en bonne santé apparente avec des reins fonctionnant à 20 % seulement de leur capacité. Or, sans symptômes, pas de raison de consulter son médecin. Votre pharmacien est le mieux placé pour vous alerter, tout simplement parce que c'est le professionnel de santé le plus facilement accessible. En effet, les facteurs de risque sont connus, et il ne manquera pas de vous les rappeler, au détour d'une dispensation de médicaments, par exemple : vous avez plus de 60 ans, vous êtes obèse, diabétique et/ou hypertendu ; vous avez déjà souffert d'insuffisance cardiaque ou de troubles cardiovasculaires ; vous êtes traité pour une maladie urologique ou auto-immune ; vous prenez des médicaments connus pour avoir une toxicité rénale au long cours (lithium, anti-inflammatoires (AINS), médicaments contre l'hépatite C, metformine, etc.) ; enfin, vous avez des antécédents familiaux de maladie rénale. Attention !

Si vous entrez dans un de ces cas de figure, votre pharmacien vous conseillera de consulter votre médecin traitant. Il vous incitera aussi à participer aux campagnes de dépistage des maladies rénales organisées en mars de chaque année, dans le cadre de la Semaine nationale du rein. Il suffit d'une prise de sang et d'une analyse d'urine pour détecter la présence ou non d'anomalies et déterminer le niveau de la créatinine, un marqueur déterminant du fonctionnement des reins. En cas de maladie rénale avérée, votre médecin traitant vous adressera à un néphrologue à même de vous prendre en charge pour vous aider à préserver l'intégrité de vos reins.

### Éviter l'automédication

Si vous savez que vous avez une maladie rénale, informez-en systématiquement les professionnels de santé à qui vous aurez affaire, afin qu'ils tiennent compte de l'impact sur vos reins de certains médicaments de sorte à adapter la posologie et la prise en charge en conséquence : votre médecin, bien sûr, mais aussi les infirmiers et les sages-femmes, sans oublier votre dentiste souvent amené à prescrire des anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) comme l'ibuprofène, qui peuvent provoquer une insuffisance rénale chronique irréversible...

Avant de passer le relais (et la responsabilité) à votre pharmacien au moment de la dispensation des médicaments. C'est à lui, en effet, de vérifier les posologies en fonction du degré d'atteinte rénale noté sur l'ordonnance, ou, à défaut, de vos résultats d'analyse les plus récents. En outre, la consultation du dossier pharmaceutique (DP) lui permet de détecter d'éventuelles interactions médicamenteuses dans une gestion concertée du parcours de soins du patient que complètera, à terme, le dossier médical partagé (DMP). Enfin et surtout, pas d'automédication sans prendre l'avis de votre pharmacien ! En effet, certains médicaments en vente libre contenant des AINS, comme l'ibuprofène et l'aspirine, sont dangereux à forte dose ; d'autres, comme les inhibiteurs de la pompe à protons contre les brûlures d'estomac, ne doivent pas être pris en quantité et sur une longue période ; il faut dissuader certains sportifs d'abuser dangereusement des stéroïdes anabolisants ; certains compléments alimentaires sont aussi à proscrire, en particulier les produits de phytothérapie tels que l'Harpagophytum, alias « griffe du diable », des herbes chinoises à base d'acide aristolochique qui peuvent entraîner des lésions rénales irréversibles.

L'insuffisance rénale est en constante augmentation, à cause du vieillissement de la population et de la recrudescence des maladies chroniques, notamment l'hypertension artérielle et le diabète, pathologies entraînant des lésions vasculaires qui, chacune, altère, dans 25 % des cas, la fonction rénale. Les traitements obligent aussi ces patients à une prise prolongée de médicaments dont certains exigent de fait une surveillance rigoureuse. En collaboration avec les autres professionnels impliqués dans le parcours de soins du patient, le pharmacien est un acteur clé pour inciter les patients à un bon suivi médical. Il est notamment conseillé de venir se faire délivrer ses médicaments avec ses résultats d'analyse afin de bénéficier de la part du pharmacien du meilleur accompagnement. Enfin, celui-ci peut contribuer à votre éducation thérapeutique avec des conseils hygiéno-diététiques, comme limiter la consommation de sel et de protides, en évitant en particulier les régimes hyperprotidiques.

DANIELVASMANT