

Modernisation des différents domaines de transport

27 nouveaux navires pour renforcer la flotte maritime nationale

MIDI

QUOTIDIEN NATIONAL D'INFORMATION *L'libre*

Trois trafiquants arrêtés au Centre-ville d'Oran

Un réseau national de trafic de drogue démantelé

Edition du 5 Octobre 2013

Evenement Midi Region Midi Associatif Monde Culture Economie Société Magazine Santé Sport La 24

Emploi

Sup. Auto
Mardi

Sup. Economie
Lundi

Sup. Téléphonie
Dimanche

Sup. Sport
Samedi & Jeudi

Sup. Magazine
Mercredi

Reportage

Entretien

Nos reins

Filtres de l'organisme

26 Octobre 2011

Les reins éliminent les déchets toxiques provenant de la destruction des cellules de l'organisme et de la digestion des aliments. Pour vivre, les cellules du corps utilisent l'énergie et les diverses substances apportées par les aliments.

Les déchets produits lors de ces opérations sont drainés par le sang, filtrés par les reins, puis se retrouvent dans l'urine. Ainsi, en cas de maladie rénale, l'organisme est empoisonné par ses propres déchets...

Usines à hormones

Le rôle des reins ne se limite pas à la filtration du sang. En effet, les reins produisent aussi des hormones. Tout d'abord, la rénine est une des hormones qui régule la pression sanguine. Voilà une des raisons pour laquelle l'insuffisance rénale chronique s'accompagne souvent d'hypertension artérielle. Les reins fabriquent aussi la fameuse érythropoïétine, rendue célèbre... par le dopage. Cette hormone agit sur la moelle osseuse pour produire des globules rouges. Son déficit constant en cas d'insuffisance rénale conduit à une anémie.

Enfin, les reins sécrètent le calcitriol, qui stimule l'absorption du calcium par l'intestin. Lors d'une maladie rénale, le calcitriol peut faire défaut. L'organisme, en manque de calcium, va alors le puiser dans les os, fragilisant le squelette.

Maladies néphrétiques, causes multiples

Les maladies rénales peuvent être causées par des infections, liées à des microbes comme les streptocoques.

De même, l'absorption de substances toxiques, notamment certains médicaments, entraîne aussi parfois la destruction des reins. Une atteinte rénale peut aussi être occasionnée par des dérèglements spontanés du système immunitaire, qui se met à attaquer les reins. Des maladies génétiques entraînent aussi des insuffisances

rénales. Enfin, les reins fonctionnent moins bien avec l'âge... En effet, à partir de 60 ans, on perd 10 % de fonction rénale tous les 10 ans.

Obstruction

des artères rénales

Une des causes principales d'insuffisance rénale est l'obstruction des artères rénales. Après la cinquantaine, la paroi des artères rénales peut s'épaissir suite à un dépôt de cholestérol. C'est la plaque d'athérome ! Le passage du sang vers les reins est réduit. Le tissu rénal se détruit alors peu à peu. Détectées précocement, ces obstructions peuvent parfois être traitées par angioplastie.

Diabète et insuffisance rénale

Le diabète est responsable d'un quart des insuffisances rénales, et cette proportion est en constante augmentation. «Le diabète s'accompagne souvent d'une hypertension artérielle, mais aussi d'une trop grande quantité de graisses dans le sang. Ces deux facteurs vont entraîner des lésions rénales», prévient Brigitte Lantz. Là encore, le temps presse ! Plus tôt le diabète est diagnostiqué et traité, plus la destruction rénale sera ralentie.

Les signaux d'alertes

Au début de l'atteinte rénale, les symptômes sont souvent inexistantes. Puis, les

L'édition du jour en PDF



Archives PDF



EI-Djadel en PDF

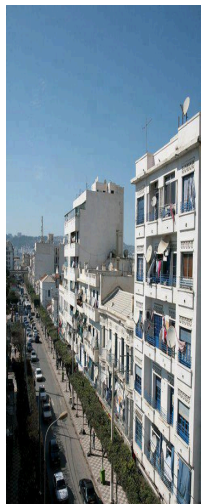


Caricature Sidou

Sidou

Archives

Contacts





insuffisants renaux ressentent peu à peu une fatigue excessive à l'effort, un manque d'appétit et un besoin d'uriner plusieurs fois par nuit, de la fonction rénale est généralement découverte en cas d'hypertension artérielle, ou lors d'un examen d'urines. Afin d'évaluer le stade et la gravité de l'insuffisance rénale, les médecins se basent sur des examens sanguins. Le principal est la créatininémie, c'est-à-dire le dosage de la créatinine dans le sang.



Empêcher l'aggravation...

Une fois détectée, l'insuffisance rénale doit être traitée afin d'éviter son aggravation. Pour cela, il faut tout d'abord contrôler l'hypertension artérielle au moyen de médicaments. Ensuite, il faut revoir la diététique. En effet, une alimentation trop riche en protéines augmente le travail des reins et favorise la dégradation de la fonction rénale. De même, l'arrêt du tabac est indispensable. En effet, l'intoxication tabagique accélère la progression de l'insuffisance rénale.

Quand les reins ne fonctionnent plus !

Dès que l'insuffisance rénale devient sévère, il faut programmer un traitement par dialyse. La dialyse épure le sang au travers d'une membrane semi-perméable. Les patients ont le choix entre l'hémodialyse et la dialyse péritonéale. Lors de l'hémodialyse, le sang est prélevé dans une veine du bras et conduit jusqu'à un dialyseur. À la sortie, le sang épuré est réinjecté dans une veine. En revanche, dans le cas de l'hémodialyse péritonéale, on introduit deux litres d'une solution dans l'abdomen par un petit tuyau. C'est le péritoine, la membrane enveloppant les organes du ventre, qui joue alors le rôle de filtre...

La greffe rénale

Très lourd, le traitement par dialyse est difficilement vécu par de nombreux patients. La greffe de rein est alors un soulagement. La greffe consiste à transplanter chez le receveur un rein prélevé sur un donneur en état de mort cérébrale, ou sur un donneur vivant (jumeau, parent...). La greffe de rein libère le patient de la dialyse, mais elle impose de prendre sans interruption un traitement antirejet.

Comment protéger
ses reins ?

Certaines règles très simples permettent de préserver la bonne santé de ses reins. Il faut boire la quantité d'eau adaptée à ses besoins (au moins un litre par jour) et répartie sur la journée, afin de faciliter le travail des reins. Veillez à avoir une alimentation équilibrée, pour éviter le surpoids et l'excès de cholestérol. Ne mangez pas trop salé, car l'excès de sel favorise l'hypertension. Ensuite, mieux vaut éviter l'automédication. En effet, les anti-inflammatoires non stéroïdiens, y compris l'aspirine, peuvent être toxiques pour les reins. Il en va de même pour certains analgésiques, comme le paracétamol, s'ils sont utilisés à fortes doses et à long terme. «Soyez vigilants quant à l'abus de laxatifs ou de diurétiques, et à la consommation de produits dont la composition n'est pas clairement identifiée, comme certaines préparations d'herbes chinoises. Enfin, attention aux régimes hyperprotéinés, qui fatiguent les reins !», conclut Brigitte Lantz.

Pensez au dépistage !

Puisque le début des maladies rénales est souvent asymptomatique, il faut penser au dépistage afin d'éviter une aggravation. Les sujets à risques doivent absolument en parler à leur médecin ! Il s'agit des personnes âgées de plus de 50 ans, hypertendues, obèses, diabétiques, fumeuses, ayant des antécédents personnels ou familiaux de maladie des voies urinaires ou de maladie rénale.