



Le diabète et l'insuffisance rénale



Totalement dévouée aux soins du rein.

Le diabète et l'insuffisance rénale

■ Qu'est-ce que le diabète ?

Le diabète est une maladie qui est causée par une carence d'insuline dans l'organisme ou par l'incapacité de l'organisme d'utiliser adéquatement des quantités normales d'insuline.

■ Existe-t-il différents types de diabète ?

Il y a plusieurs types de diabète. Les principaux sont le type 1 et le type 2.

Le diabète de type 1

- Se manifeste principalement durant l'enfance ou l'adolescence.
- Est causée par l'incapacité du pancréas de produire de l'insuline.
- Requiert des injections régulières d'insuline.

Le diabète de type 2

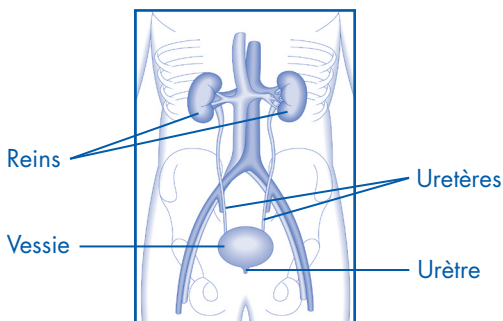
- Peut survenir à tout âge.
- Apparaît souvent (mais pas nécessairement) chez les personnes qui ont un excès de poids.
- Le pancréas peut produire de l'insuline, mais l'organisme a de la difficulté à l'utiliser comme il se doit.
- Les traitements incluent une diète, de l'exercice et des médicaments (pilules, injections d'insuline ou les deux).

■ Quel est le rôle de l'insuline ?

L'organisme convertit certains des aliments que nous consommons en sucre (*glucose*). L'organisme utilise ce sucre comme une source d'énergie pour effectuer ses fonctions. Le pancréas produit une hormone appelée *insuline* qui régule la quantité de glucose (*sucre*) dans le sang et aide le glucose à pénétrer dans les cellules où il leur sert de carburant. Si l'organisme ne produit pas assez d'insuline ou n'utilise pas l'insuline comme il se doit, ce déséquilibre entraîne une élévation du taux de sucre dans le sang (*hyperglycémie*) qui, avec le temps, peut avoir des effets néfastes sur de nombreux organes, dont les reins.

■ Comment peut-on décrire les reins ?

Les reins sont les chimistes en chef de l'organisme. Normalement, nous en avons deux, situés de part et d'autre de la colonne vertébrale à la hauteur des fausses côtes. D'un brun rougeâtre, ils ont la forme d'un haricot sec. Chaque rein est à peu près de la grosseur d'un poing serré.



EMPLACEMENT DES REINS

■ Que font les reins ?

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

■ Comment le diabète affecte-t-il les reins ?

Les dommages aux filtres dans les reins

Chez les personnes atteintes de diabète depuis un certain temps, les filtres contenus dans les reins peuvent s'endommager. Chaque rein comprend en effet plus d'un million de très petits filtres qui nettoient le sang et produisent l'urine. Aux premiers stades de la maladie, c'est la présence de quantités anormales de protéines dans l'urine qui permet de détecter des dommages aux reins. Aux stades ultérieurs, les dommages subis par ces filtres et d'autres parties du rein peuvent s'aggraver et les reins peuvent ne plus suffire à la tâche. Cette dégradation peut être décelée à l'aide d'analyses sanguines. Il arrive parfois, notamment chez certaines personnes souffrant de diabète et d'hypertension, qu'il y ait des dommages aux reins et une importante dégradation de la fonction rénale *sans* la présence de quantités accrues de protéines dans l'urine.

Les dommages aux reins ne causent habituellement pas de symptômes perceptibles avant que la dégradation de la fonction rénale ne soit de l'ordre d'au moins 75 %. Les symptômes liés à une fonction rénale peu efficace comprennent des enflures (surtout dans les jambes et les pieds), le manque d'énergie, la perte d'appétit, un mauvais goût dans la bouche, des nausées et un état de malaise général. Au bout de plusieurs années, le diabète peut avoir tellement endommagé les reins qu'ils cessent de fonctionner. Pour survivre, une personne souffrant d'insuffisance rénale terminale a besoin de traitements de dialyse ou d'une transplantation rénale.

Les dommages aux nerfs

Le diabète peut aussi causer des dommages aux nerfs dans de nombreuses parties de l'organisme. Si la vessie est touchée, il peut être difficile d'uriner. La pression causée par l'accumulation de l'urine dans la vessie peut endommager les reins.

Les infections

L'urine des personnes atteintes de diabète peut contenir davantage de sucre, ce qui favorise la prolifération des bactéries et risque d'entraîner des infections rénales.

Les personnes souffrant de diabète doivent prendre les mesures nécessaires pour éviter les infections et, si elles en contractent une, se faire soigner immédiatement.

■ Quels sont vos risques d'être atteint d'insuffisance rénale ?

Au moins la moitié des personnes atteintes de diabète peuvent présenter des signes d'un début de dégradation de la fonction

rénale. En l'absence de traitement, cela pourrait entraîner encore plus de dommages aux reins ou l'insuffisance rénale terminale.

Vos reins pourraient être sérieusement endommagés sans que vous ne le sachiez. L'insuffisance rénale ne donne habituellement aucun symptôme avant qu'il n'y ait de graves dommages. Si vous êtes atteint de diabète, vous devriez vous faire tester une fois par année afin de voir si le diabète affecte vos reins. Votre médecin peut demander une analyse d'urine pour mesurer la quantité de protéines (rapport *albumine/créatinine* urinaire sur un échantillon aléatoire) et une analyse sanguine pour vérifier le degré d'efficacité de vos reins (*créatinine sérique*).

■ Qu'est-ce qui arrive quand les reins ne suffisent plus à la tâche ?

Si votre fonction rénale est peu efficace, vous risquez d'éprouver de la fatigue, des nausées et des vomissements. Vous pourriez également faire de la rétention d'eau et de sel, ce qui pourrait vous occasionner de l'enflure et des essoufflements. Vous pourriez aussi constater que vous avez besoin de moins d'insuline que d'habitude.

Au stade de l'insuffisance rénale terminale, les déchets et les liquides s'accumuleront dans votre organisme et vous aurez besoin de dialyse ou d'une transplantation rénale. Il se peut qu'on vous envoie consulter un néphrologue (*spécialiste du rein*) qui vous aidera à gérer votre insuffisance rénale.

■ Que pouvez-vous faire pour empêcher que vos reins s'endommagent ?

Il existe des traitements spéciaux, dont la mise en place d'un plan alimentaire adéquat et la prise de médicaments. Ces traitements peuvent ralentir la dégradation de la fonction rénale due au diabète ou remédier à une fonction rénale peu efficace. Ils donneront de meilleurs résultats s'ils sont entrepris tôt et il faut habituellement les continuer toute sa vie.

Il y a de nombreuses choses à faire pour aider vos reins :

- Faites vérifier régulièrement votre urine, votre sang et votre pression artérielle par votre médecin.
- Contrôlez bien votre glycémie.
- Contrôlez votre hypertension artérielle (habituellement moins de 130/80 pour la plupart des mesures).
- Si vous faites de l'hypertension, procurez-vous un tensiomètre et prenez votre pression régulièrement à la maison.
- Certains médicaments pour la pression artérielle ont des effets protecteurs pour le rein. Renseignez-vous à ce sujet auprès de votre médecin.
- Cessez de fumer.
- Faites de l'exercice régulièrement.
- Choisissez les bons aliments pour vous.
- Évitez de consommer trop d'alcool.
- Consultez votre médecin si vous croyez avoir une infection urinaire.
- Renseignez-vous auprès de votre médecin au sujet des nouveaux traitements pour le diabète.

La Fondation du rein

NOTRE VISION

Des reins en bonne santé et une meilleure qualité de vie pour toutes les personnes affectées par une maladie rénale.

NOTRE MISSION

La Fondation canadienne du rein est l'organisme national bénévole dont l'objectif est d'alléger le fardeau que représentent les maladies rénales pour les personnes atteintes, leurs familles et la société en général :

- en finançant et en favorisant des recherches innovatrices ;
- en offrant des programmes éducatifs et de soutien ;
- en facilitant l'accès à des soins de santé de haute qualité ;
- en sensibilisant le public à l'importance de maintenir les reins en bonne santé et de consentir au don d'organes.

Depuis 1964, nos campagnes de collecte de fonds nous ont permis de verser des millions de dollars à des programmes de recherche et de fournir des services aux personnes vivant avec une maladie rénale chronique et des affections connexes.

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 **www.rein.ca**.

Nous remercions le D^r Philip A. McFarlane, FRCPC, néphrologue au St. Michael's Hospital à Toronto, en Ontario, qui nous a aidés à compiler ces renseignements.

©2009

