**COMMUNIQUÉ**

# La santé rénale pour tous
# Mars est le Mois de la santé rénale

**Le 11 mars 2015 – Montréal, Québec –** Un Canadien sur dix souffre d'insuffisance rénale et des millions d'autres présentent un risque de l'être. Tout au long de mars, le Mois de la santé rénale, La Fondation canadienne du rein ainsi que ses partenaires et bénévoles travaillent de concert pour tenir des événements de sensibilisation visant à mieux faire connaître l'insuffisance rénale et l'importance des dons d'organes et de tissus.

« Le jeudi 12 mars, nous célébrerons le 10e anniversaire de la Journée mondiale du rein, un événement international qui met à l'avant-scène la santé rénale, souligne le Dr Julian Midgley, président de La Fondation canadienne du rein. Le thème de cette année, *La santé rénale pour tous*, met en lumière le fait que tous ne sont pas égaux quant à leur risque d'être atteint d'insuffisance rénale. »

La Fondation du rein encourage les Canadiens à prendre trois mesures toutes simples au cours du Mois de la santé rénale afin d'améliorer la santé de leurs reins :

- Contrôlez votre taux de sucre dans le sang et surveillez votre tension artérielle. Le diabète et l'hypertension sont les deux principales causes de l'insuffisance rénale terminale.
- Mangez sainement, surveillez votre poids et bougez. L'idée est de réduire votre risque en diminuant votre consommation de sel, en vous hydratant davantage et en prenant des mesures qui peuvent aider à prévenir le diabète, les maladies cardiovasculaires et les autres affections associées à l'insuffisance rénale terminale.
- Faites évaluer votre fonction rénale au moyen d'une simple analyse sanguine, surtout si vous présentez au moins un des facteurs de risque suivants :
    - diabète;
    - hypertension;
    - antécédents familiaux d'insuffisance rénale;
    - 55 ans et plus;
    - tabagisme;
    - obésité;
    - personne de descendance autochtone, hispanique, asiatique, sud-asiatique ou africaine.

Il est possible de prévenir l'apparition de l'insuffisance rénale ou d'en ralentir la progression, d'où l'importance d'un dépistage précoce. C'est dans cet esprit que La Fondation du rein a mis en ligne un outil d'évaluation permettant de mieux comprendre les facteurs de risque et les signes avant-coureurs.

« Nous encourageons les personnes qui soutiennent notre cause à aider leurs amis, les membres de leur famille et leurs collègues à comprendre les risques en ce qui concerne la santé de leurs reins et à prendre des décisions éclairées quant à leurs habitudes de vie, ajoute le Dr Midgley. Le premier pas vers le maintien d'une bonne santé rénale peut consister à remplir en ligne le questionnaire d'évaluation des risques de La Fondation canadienne du rein au www.rein.ca/risque. »

Des milliers de bénévoles font de la sollicitation de porte à porte durant la Campagne de mars de La Fondation canadienne du rein, qui coïncide avec le Mois de la santé rénale, et contribuent ainsi à mieux sensibiliser le public. Cette campagne de collecte de fonds, qui aide à soutenir les programmes de la Fondation et ses investissements dans le domaine de la recherche, est aussi un moyen efficace de faire passer le message sur l'importance de la santé rénale.

– 30 –

À propos de La Fondation canadienne du rein - La Fondation canadienne du rein est l'organisme national bénévole dont l'objectif est d'alléger le fardeau que représentent les maladies rénales en finançant des recherches novatrices, en offrant des programmes éducatifs et de soutien, en facilitant l'accès à des soins de santé de qualité et en sensibilisant le public à l'importance de maintenir les reins en bonne santé et de consentir au don d'organes. Tout au long du Mois de la santé rénale en mars, des démarcheurs bénévoles de la Fondation du rein sillonnent les quartiers de porte à porte en vue de mieux sensibiliser les gens et de recueillir des fonds pour la recherche et pour des programmes destinés aux personnes aux prises avec une maladie rénale.

*Renseignements complémentaires :*
Louise Deguire
Directrice des communications
La Fondation canadienne du rein
louise.deguire@rein.ca
Bureau : 514-938-4515, poste 225