

Cahier3



Vos reins jouent un rôle essentiel pour vous



Programme Bon Départ

Vos reins jouent un rôle essentiel pour vous

- 1** Objectifs
- 2** Où se trouvent les reins?
- 2** Comment fonctionnent vos reins?

Que font les reins (A) ? Qu'arrive-t-il lorsqu'ils ne fonctionnent plus (B) ?

- 3** **A.** Nettoient votre sang
B. Les déchets s'accumulent
- 4** **A.** Contrôlent la quantité d'eau
B. L'eau s'accumule
- 5** **A.** Contrôlent la fabrication des globules rouges
B. Anémie
- 6** **A.** Contrôlent l'équilibre des minéraux
B. Les minéraux s'accumulent
- 7** **A.** Maintiennent vos os en bonne santé
B. Maladie osseuse



Programme
BonDépart



Bibliographie

AFIDTN (2009). *L'infirmier(e) en néphrologie : Clinique pratique et évaluation de la qualité des soins*. 3^e édition, Elsevier Masson.

Fondation canadienne du rein. (2006) *Vivre à sa façon*. 4^e édition.

Hennedouche, T. (2007). *Principales fonctions du rein*. <http://www.nephrou.com>

Hennedouche, T. (2007). *Complications hématologiques de l'IRC*. <http://www.nephrou.com>

Remerciements :

Un remerciement particulier aux infirmières de l'hémodialyse et aux divers professionnels de l'équipe interdisciplinaire. Leur contribution et leur grande expertise ont permis la réalisation des cahiers d'enseignement destinés aux patients arrivant en hémodialyse.

Rédaction :

Isabelle Carrier, *inf., B.Sc., clinicienne*

Supervision :

Danielle Boucher, *IPS, M.Sc., D.E.S.S., CNeph(C)*

Équipe de consultation :

Kateri Bourbeau, *pharm., M.Sc.*

Louise Bourcier, *inf., CNeph(C)*

Rose-Anne Buteau, *inf., M.Sc., PhD(c)*

Hélène Carrier, *inf., B.Sc., AIC*

Liane Dumais, *IPS, M.Sc., D.E.S.S., CNeph(C)*

Julie Dupont, *IPS, M.Sc., D.E.S.S.*

Suzanne Grenon, *nut., M.Sc.*

Caroline Landry, *T.S., B.Sc.*

Dr. Serge Langlois, *MD, FRCPC.*

Illustrations :

Nancy Beauregard, *illustration médicale, CHUL*

Conception graphique :

Éric Morin, *illustration médicale, L'HDQ*

Il importe de noter que ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa publication, soit en février 2017. Toutefois, ces recommandations n'ont aucunement pour effet de remplacer le jugement d'un clinicien. Si vous avez des questions, nous vous invitons à communiquer avec l'équipe de professionnels de la santé qui vous supportera. Si, d'une façon ou d'une autre, vous faisiez une mauvaise utilisation de l'information contenue dans ce document, le CHU de Québec - Université Laval ne pourra être tenu responsable de dommages de quelque nature que ce soit à cet égard.



**AUCUNE REPRODUCTION COMPLÈTE
OU PARTIELLE DE CE DOCUMENT
N'EST PERMISE SANS L'AUTORISATION ÉCRITE
DU CHU DE QUÉBEC - UNIVERSITÉ LAVAL.**

© CHU de Québec - Université Laval, 2017

Réédition : février 2017

Vos reins jouent un rôle essentiel pour vous

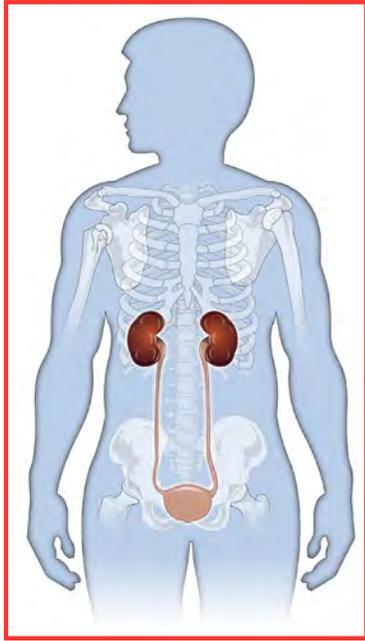
Objectifs

À la suite de la formation sur les fonctions de vos reins, vous serez en mesure de :

- définir, dans vos propres mots, les fonctions des reins;
- expliquer pourquoi les déchets s'accumulent dans le corps.



□ Où se trouvent les reins ?



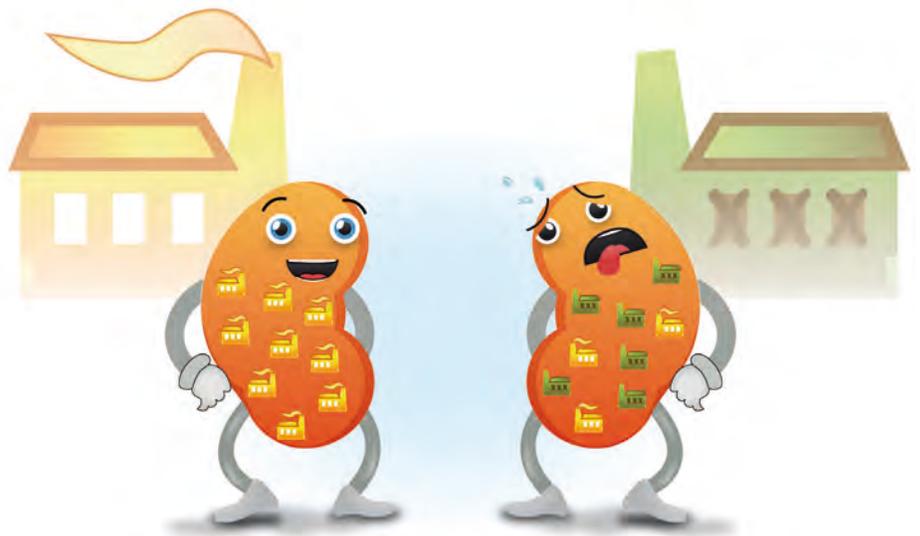
- Vous avez 2 reins, un de chaque côté de votre colonne vertébrale. Ils sont situés juste en dessous des côtes, dans le dos.
- Chaque rein a la forme d'un haricot. Il a la taille d'un petit poing fermé. Il pèse environ 114 grammes ou ¼ de livre.

2

Programme
BonDépart

□ Comment fonctionnent vos reins ?

- Chaque rein normal contient environ 500 000 à 1 million de néphrons. Les néphrons sont les petites usines de vos reins.
- Votre sang rempli de déchets est filtré (nettoyé) par ces petites usines. Les déchets et le surplus d'eau forment l'urine.



Que font les reins?

A. Ils nettoient votre sang

- Les déchets du corps sont produits par :
 - ce que nous buvons et mangeons;
 - les muscles.
- Vos reins filtrent et éliminent ces déchets en produisant de l'urine.



Qu'arrive-t-il lorsque les reins ne fonctionnent plus?

B. Les déchets s'accumulent

- Les reins ne peuvent plus filtrer efficacement les déchets.
- Les déchets :
 - s'accumulent dans votre corps;
 - deviennent toxiques et agissent comme des poisons.

Ce que vous pouvez ressentir

- Fatigue.
- Mal de tête.
- Perte d'appétit.
- Difficulté à se concentrer.
- Mauvais goût dans la bouche.
- Mal de cœur (nausées) / vomissements.
- Démangeaisons.
- Peau plus foncée.



La dialyse permet de nettoyer vos déchets. **La restriction de certains aliments permet** de diminuer la quantité de déchets.

3

Programme
BonDépart

☐ Que font les reins?

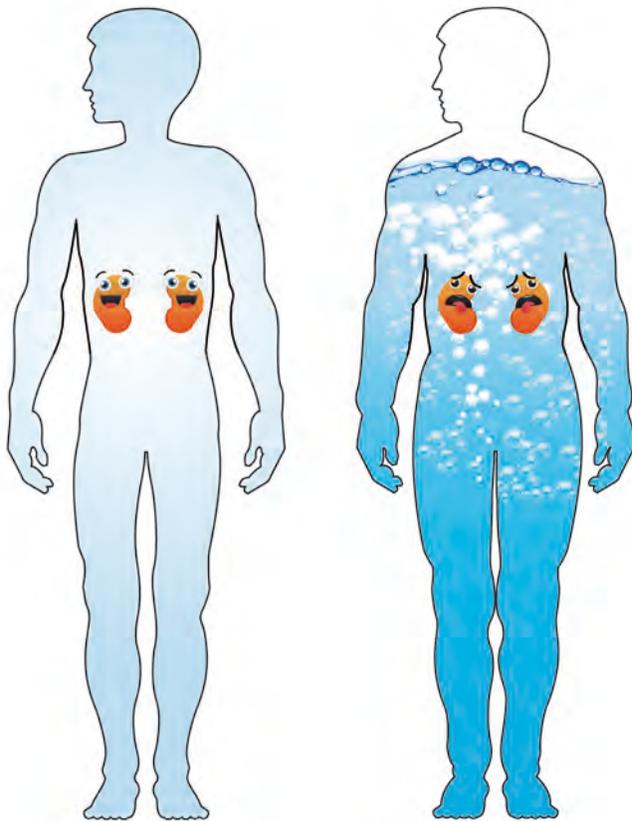
A. Ils contrôlent la quantité d'eau

- Les reins maintiennent la bonne quantité d'eau dans le corps.
- Les reins éliminent le surplus d'eau par la production de plus d'urine.
- L'eau en trop grande quantité dans le corps est aussi une sorte de «déchet».

☐ Qu'arrive-t-il lorsque les reins ne fonctionnent plus?

B. L'eau s'accumule

- Vous urinez très peu ou pas du tout. Les liquides que vous buvez restent dans votre corps.



Ce que vous pouvez ressentir

- Prise de poids.
- Oedème (enflure).
- Augmentation de votre pression artérielle.
- Difficulté à respirer / essoufflement (de l'eau peu s'accumuler dans les poumons).

Lorsque vous n'urinez plus suffisamment, le surplus d'eau de votre corps doit être enlevé. **La dialyse et la restriction en liquides et en sodium (sel)** sont des moyens.

Que font les reins?

A. Ils contrôlent la fabrication de vos globules rouges



- Les reins produisent l'érythropoïétine.
- L'érythropoïétine est une hormone.
- Elle stimule la fabrication de globules rouges.
- Les globules rouges contiennent l'hémoglobine.

5

Programme
BonDépart

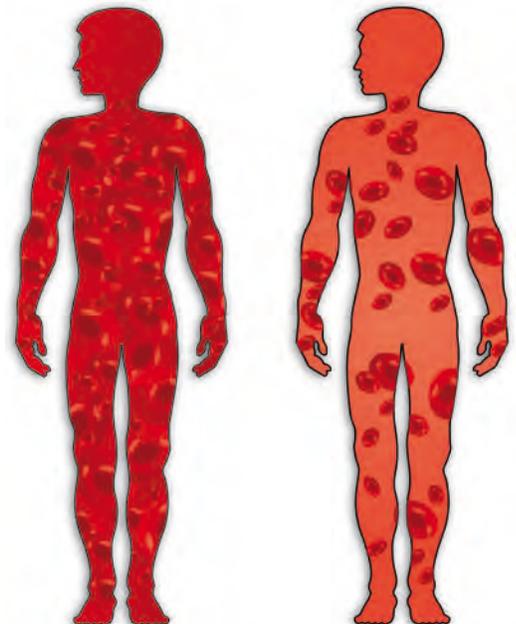
Qu'arrive-t-il lorsque les reins ne fonctionnent plus?

B. Anémie

- Vos reins diminuent ou cessent de fabriquer de l'érythropoïétine (hormone).
- L'arrêt de la production entraîne une baisse de vos globules rouges et de l'hémoglobine et cause l'anémie.

Ce que vous pouvez ressentir

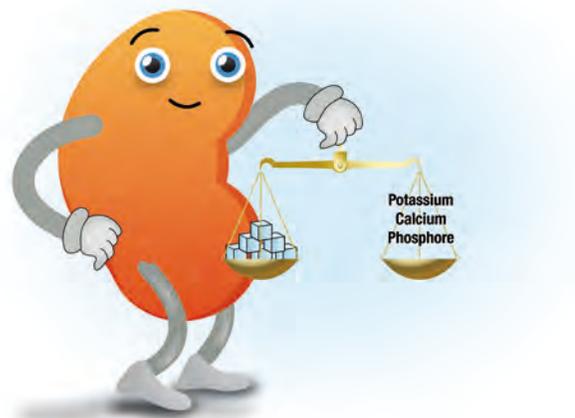
- Fatigue.
- Faiblesse.
- Sensibilité au froid.
- Difficulté à respirer / essoufflement.



□ Que font les reins?

A. Ils contrôlent l'équilibre des minéraux

- Vous avez besoin de potassium, de phosphore, et de calcium en quantités suffisantes.
- Ils proviennent de votre alimentation.
- Les reins éliminent les surplus dans l'urine pour garder l'équilibre.



□ Qu'arrive-t-il lorsque les reins ne fonctionnent plus?

B. Les minéraux s'accumulent

- Vos reins ont de la difficulté à éliminer les surplus de minéraux de votre corps.
- Le potassium, le phosphore et le sodium s'accumulent dans votre sang.

Ce que vous pouvez ressentir

- Avec un potassium trop élevé :
 - crampes musculaires;
 - engourdissements dans les mains, les pieds et autour de la bouche;
 - cœur qui bat de façon désordonnée;
 - arrêt du cœur.
- Avec des taux anormaux de calcium, phosphore et vitamine D :
 - douleurs dans les articulations;
 - risque de fractures osseuses.
- Avec un sodium élevé :
 - soif;
 - oedème (enflure);
 - difficulté à respirer / essoufflement.

Lorsque vos reins ne fonctionnent plus suffisamment, les déséquilibres de potassium, de phosphore, de calcium et de sodium doivent être corrigés. En plus de la **médication, la dialyse et la restriction de certains aliments** sont des moyens pour équilibrer vos minéraux.

Que font les reins?

A. Ils maintiennent vos os en bonne santé

- Le calcium et le phosphore sont nécessaires pour des os en bonne santé.
- Les reins favorisent l'absorption du calcium dans votre corps en activant la vitamine D.
- Les reins éliminent le surplus de phosphore dans l'urine pour garder l'équilibre.



Qu'arrive-t-il lorsque les reins ne fonctionnent plus?

B. Maladie osseuse

- La vitamine D n'est pas activée.
- Le calcium est moins bien absorbé.
- Cela provoque une diminution du calcium dans votre sang.
- Vos reins ont de la difficulté à éliminer le surplus de phosphore de votre corps.
- Le phosphore s'accumule dans votre sang.

Ce que vous pouvez ressentir:

- **Taux anormaux de calcium, phosphore et vitamine D**
 - Douleurs dans les os,
 - Risque de fractures osseuses.
- **Avec un taux de calcium trop bas**
 - Engourdissements aux bras, aux mains, aux jambes et autour de la bouche.





Programme
BonDépart
2010