

Agissez pour réduire le risque de développer une néphropathie diabétique !

Pour réduire le risque de développer une néphropathie ou pour ralentir son évolution, la principale mesure à prendre est de maintenir la glycémie dans les valeurs cibles. Il est aussi important de :

- Maintenir la pression sanguine dans les valeurs cibles ;
- Maintenir le taux de cholestérol dans le sang dans les valeurs cibles ;
- Agir sur le poids, s'il y a lieu ;
- Arrêter de fumer ou de vapoter, s'il y a lieu.

Informez-vous auprès de votre pharmacien : la prise de certains médicaments doit être arrêtée temporairement lors des jours de maladie afin de protéger les reins.

Ressources

Fondation canadienne du rein
rein.ca

Des questions sur le diabète ?
Service InfoDiabète
514 259-3422
1 800 361-3504
infodiabete@diabete.qc.ca

L'école du diabète
Universi D
universi-d.com

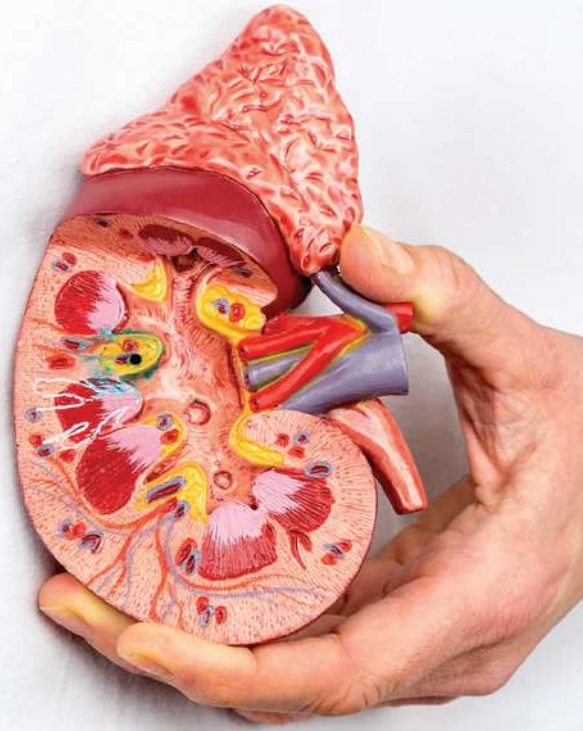
Diabète Québec
diabete.qc.ca

© Diabète Québec – avril 2020

Diabète Québec

La santé des reins et le diabète

Comprendre la néphropathie diabétique



Qu'est-ce que la néphropathie ?

La néphropathie est une atteinte des reins. Les reins agissent comme un filtre. Ils gardent dans le sang les éléments dont le corps a besoin et éliminent dans l'urine les déchets et les substances en excès tels que le sodium, le sucre et l'eau.

On parle de **néphropathie diabétique** lorsque la glycémie, c'est-à-dire le taux de sucre dans le sang, est souvent élevée et endommage les petits vaisseaux sanguins des reins. Ces dommages diminuent graduellement la capacité des reins à bien faire leur travail.

La néphropathie augmente le risque de développer une maladie cardiovasculaire et elle est associée à une diminution de la durée et de la qualité de vie.



Près de la moitié des personnes vivant avec le diabète seront touchées par la néphropathie au cours de leur vie.

Qu'est-ce qui augmente le risque de développer une néphropathie ?

- Vivre avec le diabète depuis longtemps ;
- Avoir une glycémie souvent élevée ;
- Avoir une pression sanguine élevée ;
- Avoir un taux élevé de cholestérol dans le sang ;
- Avoir un indice de masse corporel (IMC) égal ou supérieur à 30 ;
- Fumer.

Une condition sournoise !

Les symptômes de néphropathie apparaissent généralement à un stade très avancé de la maladie. Lorsque les reins sont sur le point de cesser de fonctionner (insuffisance rénale terminale), les symptômes suivants peuvent se manifester :

- Fatigue ;
- Faiblesse ;
- Nausées, vomissements ;
- Enflure ;
- Démangeaisons généralisées.

L'importance du dépistage !

Quand les reins commencent à moins bien fonctionner, ils laissent passer dans l'urine des éléments dont le corps a besoin, comme les protéines. Bien qu'elles soient invisibles à l'œil nu, il est possible de mesurer le niveau de ces protéines en faisant une analyse d'urine. L'examen de dépistage est complété par une prise de sang permettant d'évaluer la capacité de filtration des reins.

La fréquence des examens de dépistage

	Premier examen	Suivi
Diabète de type 1	5 ans après le diagnostic chez les personnes de 12 ans et plus	Chaque année ou plus souvent selon les recommandations du médecin
Diabète de type 2	Au moment du diagnostic	
Diabète de type 1 ou 2 et grossesse	Avant la conception ou le plus tôt possible dès la confirmation de la grossesse	

Quel est le traitement de la néphropathie ?

Les dommages causés aux reins sont irréversibles, c'est-à-dire qu'on ne peut pas les guérir. Par contre, en plus de l'adoption de saines habitudes de vie, une médication peut être prescrite pour ralentir ou arrêter l'évolution de la néphropathie.

Au besoin, une alimentation contrôlée en protéines, en liquides et en certains minéraux peut également être prescrite. Celle-ci sera enseignée par une nutritionniste.

En cas d'insuffisance rénale terminale, il faut alors recourir à la dialyse, qui est le traitement de remplacement des reins, ou à la transplantation rénale.

