

Du 9 du 16 mars 2019 :
la Semaine nationale du Rein® un événement national

L'insuffisance rénale est l'une des priorités de la nouvelle stratégie de santé qui souhaite notamment développer la prévention de cette maladie chronique. La 14^e édition de la Semaine Nationale du Rein s'inscrit bien dans cet axe en proposant cette année encore des dépistages anonymes et gratuits sur tout le territoire français.

Près de 20 000 dépistages en 2018

La santé rénale pour tous et partout

« *La santé rénale pour tous et partout* » thème de l'année 2019 reflète bien les disparités existantes concernant la maladie rénale chronique :

- Disparité géographique des patients atteints par l'IRC, et difficultés d'accès aux soins et à la dialyse que cela engendre,
- Disparité d'accès à la greffe en fonction des régions,
- Disparité d'accès au choix du traitement.

Or nous sommes tous concernés par l'insuffisance rénale chronique dont le nombre de malade augmente de 2 % par an. La prévention, la prise en charge de la maladie et l'accès à la greffe doivent être améliorés afin d'offrir aux malades les mêmes choix.

La Semaine Nationale du Rein est une bonne occasion de se faire dépister et de vérifier le bon fonctionnement de leurs reins. En cas d'anomalie, ce dépistage peut permettre une **prise en charge précoce**. La Semaine nationale du Rein vise aussi plus largement à **sensibiliser le grand public** aux problématiques relatives aux maladies rénales.

Rendez-vous sur www.francerein.org pour connaître, région par région, la liste des actions mises en œuvre et des centres d'accueil.

Pourquoi se faire dépister ?

La maladie rénale est dite « silencieuse » car elle ne se manifeste par aucun symptôme perceptible. C'est généralement à un stade très avancé de la maladie que l'on se rend compte que l'on est malade. Aujourd'hui en France, plus d'un tiers des personnes entrent en urgence en traitement de suppléance, greffe ou dialyse*.

Un dépistage précoce permet une prise en charge appropriée qui ralentira, voire stoppera, l'évolution vers une insuffisance rénale dite « terminale » (lorsque les reins ne fonctionnent plus du tout). Or encore chaque année, environ 11 000 personnes (+2 % /an) apprennent qu'elles souffrent d'une insuffisance rénale chronique. Le coût humain de l'insuffisance rénale chronique, en termes de qualité de vie, et son coût financier pour la communauté (l'Assurance-maladie avait établi ce coût à plus de 4 milliards en 2007) sont gigantesques. **La Semaine nationale du Rein est donc plus que jamais nécessaire.**

QUELQUES CHIFFRES

En 2015* en France, **11 000** personnes sont arrivées au stade dit « terminal » de l'insuffisance rénale et ont dû débuter un traitement de suppléance.

Environ **46 000** personnes sont dialysées ; **36 000** personnes sont greffées.

* Données du registre REIN au 31/12/2015

Comment prendre soin de ses reins ?

- Avoir une alimentation équilibrée permet d'éviter le surpoids. L'obésité est un facteur qui favorise la maladie rénale.
- Lutter contre la sédentarité grâce à une activité physique adaptée à son âge.
- Boire la quantité d'eau adaptée à ses besoins (au moins 1,5 litre par jour) répartie sur la journée, afin de faciliter le travail de vos reins.
- Arrêter de fumer.
- Ne pas manger trop salé, car l'excès de sel favorise l'hypertension. Attention à la surconsommation de plats tout prêts du commerce
- Attention aux substances qui peuvent être toxiques ! L'aspirine, les anti-inflammatoires non-stéroïdiens comme l'ibuprofène peuvent être toxiques pour le rein lorsqu'ils sont utilisés à forte dose ou à long terme. N'abusez pas des laxatifs et des diurétiques. Evitez les herbes dites « soignantes » et plus généralement tout produit dont la composition n'est pas clairement identifiée. L'excès de protéine (œuf, viande, poisson) « fatigue » le rein et, à terme, l'abîme. Méfiez-vous donc des régimes hyper-protéinés.

A propos de France Rein



Créée en 1972, France Rein est une association loi 1901, reconnue d'utilité publique depuis 1991, qui représente les 80 000 personnes dialysées et greffées du rein que compte la France. Afin d'améliorer la qualité de la vie et des soins des personnes souffrant d'insuffisance rénale, les actions que mène France Rein s'organisent à plusieurs niveaux :

- Prévenir l'évolution de la maladie rénale, en informant, en dépistant et en encourageant la recherche médicale afin de réduire le nombre de personnes entrant chaque année en traitement de suppléance.
- Influencer les pouvoirs publics dans la définition des politiques de santé. Faire reconnaître la maladie rénale comme un enjeu de santé publique majeur.
- Améliorer la qualité de vie et de traitement des patients, en les aidant à construire leur projet de vie avec la maladie, soutenir leurs proches.

France Rein déploie ses actions dans toute la France, à travers son réseau solidaire d'associations régionales animées par plus d'un millier de bénévoles et représentants élus. Pour en savoir plus, rendez-vous sur www.francerein.org

Contact Presse

Cécile Vandevivère : c.vandevivere@francerein.org / Tél : 01 75 43 65 14 - 06 24 09 23 07

