

20^{ème} Semaine Nationale du Rein® un événement national de prévention

« Comment vont vos reins ?

Une détection précoce protège la santé de vos reins »

Le 27 septembre 2023, la HAS donnait un avis positif relatif à la modification des conditions d'inscription sur la liste des actes et prestations du code de la sécurité sociale, et de plusieurs actes relatifs au **dépistage ciblé annuel de la maladie rénale chronique chez l'adulte, dont le Ratio Albuminurie sur Créatininurie (RAC)**. Ceci devait marquer une avancée majeure pour un dépistage de la maladie rénale chronique. Or à ce jour, cet acte n'a toujours pas de nomenclature de la CNAM.

France Rein se mobilise encore et toujours en faveur de la prévention et se félicite du soutien et la mobilisation des professionnels de santé, de plus en plus présents à ses côtés.

1 - Une détection précoce pour améliorer la prévention et améliorer la qualité de vie des patients

Pour la 20^{ème} année consécutive, France Rein organise la **Semaine Nationale du Rein** afin d'informer et de sensibiliser aux maladies rénales chroniques et de proposer des dépistages gratuits partout en France.

En France, 1 personne sur 10 est concernée par la maladie rénale. Un fléau qui ne cesse de progresser d'environ 2% par an. Nos reins sont essentiels à la vie. Mais lorsqu'ils vont mal, les signaux d'alerte peuvent être discrets voire absents. La maladie rénale chronique (MRC) est une maladie silencieuse ; les premiers symptômes n'apparaissent qu'à un stade avancé de l'atteinte des reins. Chaque année, environ 11 000 personnes apprennent qu'elles souffrent d'une insuffisance rénale terminale et doivent entrer directement en dialyse pour suppléer l'effondrement de la fonction rénale.

Chiffres moyens de la Semaine Nationale du Rein :

- 20 000 dépistages gratuits par an.
- 800 bénévoles mobilisés
- 700 professionnels impliqués
- 300 stands de dépistage gratuit et de sensibilisation partout en France

2 - Pourquoi et comment se faire dépister ?

France rein propose plus de 250 stands de dépistage gratuits

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 de la maladie vers l'arrêt de la fonction rénale.

Les pathologies et traitements chroniques représentent les deux tiers (62 %) des dépenses (soit 104 milliards d'euros) pour un tiers des assurés (36 %), soit 24 millions de personnes. Ces dépenses représentaient un coût moyen par patient de 4 300 euros en 2020. La santé mentale, les cancers et les maladies cardiovasculaires concentrent à elles seules 36 % des dépenses.

L'analyse des coûts de l'insuffisance rénale terminale par la cour des comptes en mars 2020 révélait :

- Nombre de patients : 87 725 (+20% depuis 2013).
- Coût de l'IRCT (2017) : 3,36 Md€, dont 2,4 Md€ pour les séances de dialyse.

#3 - Comment prendre soin de ses reins ?

- En ayant une alimentation équilibrée permettant d'éviter le surpoids. L'obésité est un facteur qui favorise la maladie rénale.
- En luttant contre la sédentarité grâce à une activité physique adaptée à son âge.
- En buvant 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.
- En ne fumant pas.
- En ne mangeant pas 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. Évitez 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 92 000 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 :

- En prévenant 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.
- En influençant les pouvoirs publics dans la définition des politiques de santé, en faisant reconnaître la maladie rénale comme un enjeu de santé publique majeur.
- En améliorant la qualité de vie et de traitement des patients, en les aidant à construire leur projet de vie avec la maladie, en soutenant 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 Vandevivere : c.vandevivere@francerein.org / Tél : 01 55 27 37 75 - 06 24 09 23 07

