

# La prévention, meilleure alliée pour éviter une menace silencieuse

**L'insuffisance rénale est une menace silencieuse. D'où la nécessité pour chaque habitant – surtout avec des facteurs de risques – de penser au dépistage. Le docteur Franck Bourdon, néphrologue, responsable de la commission prévention de Néphronor<sup>(1)</sup>, explique son importance pour faire baisser la mauvaise tendance régionale, et soigner au mieux les malades.**

Comment améliorer la prévention des maladies rénales ?

Il y a, pour mener à bien ce combat, deux personnes clés : le patient et le médecin généraliste. Le premier, surtout s'il fait partie de la population à risques (diabétiques, hypertendus, prenant des médicaments toxiques pour les reins, personnes âgées de plus de soixante ans, sans oublier les antécédents familiaux), doit pouvoir accéder, avec son médecin, à une prévention primaire. C'est-à-dire travailler sur l'éducation thérapeutique, par rapport à ses facteurs de risques, en les contrôlant le mieux possible, pour éviter l'apparition ultérieure d'une maladie rénale. Car le principal problème est que cette maladie ne voit pas en quelque sorte... Effectivement, c'est une maladie silencieuse. Vous pouvez la découvrir à un stade très évolué. On peut avoir des crampes, une plus grande fatigue, mais il n'y a pas de signe spécifique. Dans la région, 30 à 40 % des gens arrivent au stade de la dialyse sans qu'ils aient vu un spécialiste. Pour éviter ça, il faut donc agir sur la prévention. Et si le médecin n'y pense pas, le patient peut, lui, le suggérer. C'est un couple. Et tout l'intérêt est d'agir le plus tôt possible, parce qu'on peut guérir les gens de certaines maladies rénales, leur éviter une insuffisance rénale si on les prend tôt. On arrive aussi à stabiliser les choses quand c'est déclaré, et de manière durable. C'est toujours une erreur d'éviter un dépistage. Justement, en quoi consiste le dépistage ? Il s'agit de rechercher des protéines (souvent de l'albumine) dans les urines, avec une bandelette urinaire. Le fait d'en trouver traduit



Les personnes à risques ont intérêt à faire un dépistage une fois par an.

une anomalie du filtre rénal, car les protéines doivent rester dans le sang. Mais pour être sûr de ne pas avoir d'insuffisance rénale, il faut aussi doser la créatinine, que l'on peut connaître avec une prise de sang. Elle traduit l'incapacité – provisoire ou définitive – à épuiser les déchets produits par l'organisme. C'est pour ça qu'on demande aux candidats au dépistage de venir avec leur dernière prise de sang. Les personnes à risques ont intérêt à faire un dépistage une fois par an.

Quelles sont les actions de prévention personnelles ?

Globalement, la meilleure façon de prévenir les maladies rénales consiste à agir de la même manière que sur les risques cardio-vasculaires, c'est-à-dire : hygiène de vie, activité physique. Malgré tout, il faut savoir que la fonction rénale baisse chaque année pour tout le monde de 1 %. Et évidemment, tout évène-

ment – problème de santé – peut la faire dégringoler plus vite. Mon rôle est de freiner cette descente pour éviter que la personne ne se retrouve en insuffisance rénale terminale (10 % de fonction des reins), avec comme seules solutions : la dialyse ou la transplantation.

<sup>(1)</sup> Il s'agit d'un réseau qui regroupe tous les établissements de santé privés et publics de la région disposant d'une structure et d'une équipe spécialisée dans le domaine de l'insuffisance rénale chronique.

## De multiples rendez-vous d'information en mars

Une journée et une semaine...

Grande mobilisation contre les maladies rénales au cours du mois de mars. Avec tout d'abord, une journée mondiale du rein, aujourd'hui jeudi 14 mars, qui veut surtout sensibiliser les habitants aux actions de prévention. Dans les hôpitaux et cliniques, les néphrologues en profiteront pour donner un avis à tous les hospitalisés qui ont une insuffisance rénale reconnue. Autre rendez-vous, à l'occasion de la semaine du rein, du 21 au 30 mars, certains pharmaciens vont proposer un dépistage aux personnes à risques (recherche de protéinurie dans les urines notamment).

Un forum santé avec La Voix du Nord

Le mardi 26 mars, à 19 h, à la faculté de médecine de Lille (avenue Eugène Avinée à Loos, en face de la maternité Jeanne de Flandre), La Voix du Nord proposera un forum santé – Rein : prévention et risques – avec plusieurs intervenants :  
– le docteur Franck Bourdon, néphrologue, responsable de la commission Néphronor, qui évoquera la prévention des maladies rénales et le dépistage ;  
– le professeur Christian Noël, chef du service néphrologie et transplantation du CHRU de Lille, pour faire le point sur la greffe (avec donneur vivant et décédé) ;  
– un représentant de la FNAIR (Fédération nationale d'aide aux insuffisants rénaux) pour plus parler des patients, de la dialyse, etc.

Un forum accessible à tout le monde (gratuitement). Une seule condition : s'inscrire en appelant dès maintenant le 03 20 78 49 09 ou en envoyant un mail à [forum-sante@lavoixdunord.fr](mailto:forum-sante@lavoixdunord.fr)

## La région particulièrement touchée

- Le Nord - Pas-de-Calais est particulièrement touché par les maladies rénales avec la plus forte prévalence de la France métropolitaine.
- Concrètement, s'il y a en moyenne 552 malades par million d'habitants en France, il y en a 748, toujours par million d'habitants, dans la région.
- Le nombre de nouveaux dialysés est lui aussi plus élevé dans la région : 172 par million d'habitants dans la région (138 en France).
- En 2011, 3 130 patients étaient dialysés dans la région, dont près de 40 % de diabétiques, et 62,4 % souffraient d'un trouble cardiovasculaire. Dans la majorité des cas, les patients souffrent d'ailleurs de plusieurs pathologies.

# Le don d'un rein pour sceller une belle histoire d'amour

**Quelle belle preuve d'amour... Louis-Dominique Laugier a donné un de ses reins à son épouse malade. Comme une évidence. Avec en perspective, l'envie de reprendre la vie, comme avant. Un parcours pourtant semé d'embûches.**

« C'est une aventure humaine extraordinaire. » Aujourd'hui, dans l'appartement familial, en plein centre de Lille, Jocelyne Laugier mesure sa chance, celle d'avoir pu tourner la page d'années difficiles, par la grâce d'un formidable geste d'amour. Le don d'un rein de son mari, au printemps 2011. Une preuve d'amour évidente qu'elle a pourtant un temps refusée et que, maintenant, ce couple de sexagénaires ne regrette surtout pas. Tant le transfert de ce rein leur a permis un nouveau départ. Pourtant, pour Jocelyne, tout commence mal, très mal même, il y a quinze ans déjà. « C'est arrivé comme ça par une banale prise de sang, explique-t-elle, où l'on s'est aperçu que le taux de créatinine était trop élevé », elle commence un long chemin qui le mènera à l'hôpital de Dunkerque et vers des spécialistes lillois. De mauvais souvenirs, confie-t-elle : « On commence à me dire les choses, du genre " Vous en avez pour cinq-dix ans ", et je ne sais même plus s'il s'agit de mes reins ou de moi... Je n'avais en fait pas trop envie d'entendre. C'est le voile noir. Je suis effondrée. C'est une maladie silencieuse. Vous ne ressentez rien. C'est comme un cauchemar. La Salpêtrière, jusqu'à ce que, fin 2009, la sanction tombe : « Il n'y a plus rien à faire pour vos reins malades (dont on ne saura jamais vraiment la raison). Il faut passer à la dialyse ou à la greffe ». Là encore, Jocelyne le prend très mal : « Pour moi, ça sonne comme la fin de tout. On se déplace énormément. Cela remet tout en question... Je suis aussi claustrophobe : alors, les séances de dialyse à l'hôpital... » Heureusement, à Paris, on lui parle de la greffe, et d'un homme : le professeur Christian Noël, au CHRU de Lille... où on lui conseille d'ailleurs de se tourner, ne serait-ce que parce qu'après l'opération. Le couple prend rendez-vous et les choses s'accélérent. Le mari, Louis-Dominique n'hésite pas : « Au cours de l'entretien, nous découvrons qu'il suffisait d'être du même groupe sanguin pour pouvoir donner. Ce qui est le cas pour



Jocelyne et Louis-Dominique Laugier, mariés depuis 45 ans, tout heureux : « C'est une aventure humaine extraordinaire ».

nous. Je n'hésite pas : je me porte candidat tout de suite ». Pour sa femme, « c'est hors de question ». La perspective est trop douloureuse : « La responsabilité est tellement lourde d'opérer quelqu'un qui n'a rien. Je me disais aussi : mon époux va se faire opérer et je ne serai pas là pour m'occuper de lui. Impensable. ». Finalement, le long cheminement – un an d'exams et de suivi administratif – fera basculer le couple. « De toute façon, explique Louis-Dominique, ma conviction était inébran-

lable. C'est vrai que c'était un geste d'amour, mais aussi notre intérêt : avec la perspective de retrouver notre vie d'avant. » Car entre-temps, la dialyse (péritonéale) s'était invitée à la maison, quatre fois par jour, et « hachait » la vie du couple. Et puis, le professeur Christian Noël est tellement rassurant : « S'il y a le moindre risque, on n'opère pas ». La transplantation aura bien lieu le 16 juin 2011. Un rendez-vous gravé à jamais. Avec le recul, aucun des deux ne regrette : « C'est une

aventure extraordinaire ». Et tellement de souvenirs. Comme lorsque lui a découvert au scanner « son » rein dans le corps de son épouse. « Un moment émouvant » se souvient-il pudiquement. Et une nouvelle vie : « Cela a renforcé notre relation, souligne Jocelyne, et on s'est dit qu'après tout ça, il fallait vivre autrement, profiter pleinement du bonheur d'avoir pu bénéficier de cette possibilité ». Un nouveau départ, au goût inestimable, et une belle leçon de vie...

## Le don d'un rein à son frère : pas si simple que ça...

C'est encore une histoire à fleur de peau, pas terminée. La preuve que le don d'un organe n'est pas si simple, qu'il demande du temps, de la réflexion. Bruno – appelons-le ainsi –, 31 ans, est aujourd'hui en dialyse en attente de greffe. La maladie rénale – celle du berger –, du sang dans les urines, l'a rattrapé en 2007, comme ça, incidemment, à l'occasion d'une « banale visite médicale ». Et aujourd'hui, il y a cette proposition : « Mon frère veut me donner un rein ; en ce moment il a fait des examens pour bien préparer les choses. Mais nos parents ne le savent pas : on préfère attendre... » D'où l'envie de rester discret, en attendant le bon moment pour en parler en famille. « Au début, cela m'a fait bizarre cette décision, je voulais attendre sur la liste un autre donneur, mais finale-

ment, même si c'est difficile, je l'accepte ». « Toute situation de don, confirme le docteur Franck Bourdon, est un problème. Ce n'est pas toujours simple à gérer. » Même si cela part d'un bon sentiment. « Ce n'est pas un sujet tabou » ajoute Bruno, aîné de six enfants, qui mise sur le temps qui passe et sur la compréhension d'un père qui a déjà bénéficié d'une greffe en 2000 pour un problème de reins également. « En attendant, mon frère doit encore passer devant le juge pour dire que je ne l'ai pas poussé à faire ça » poursuit-il. Une garantie, une de plus, pour que les choses se passent bien et ne laissent jamais de traces. Car de toutes les réticences, Bruno évoque sa hantise : « Imaginez que mon frère développe plus tard la même maladie que moi... »



Les deux frères sont d'accord, mais attendent le bon moment pour en parler en famille.