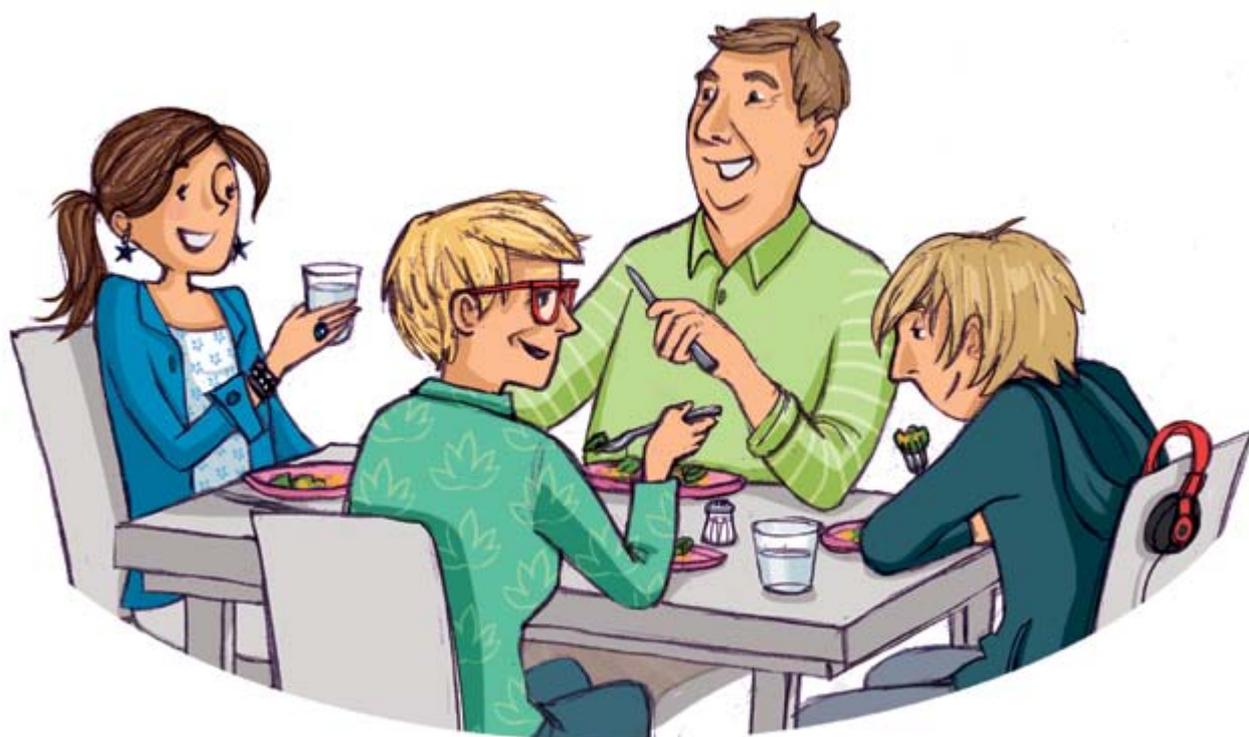


L'IRC en BD

La famille **Meunier** vous fait découvrir
l'insuffisance rénale chronique.

Sachez préserver vos reins.



LA FAMILLE MEUNIER, une famille comme les autres



Marc
le père



Patricia
la mère



Manon
fille de Marc
d'un 1^{er} mariage



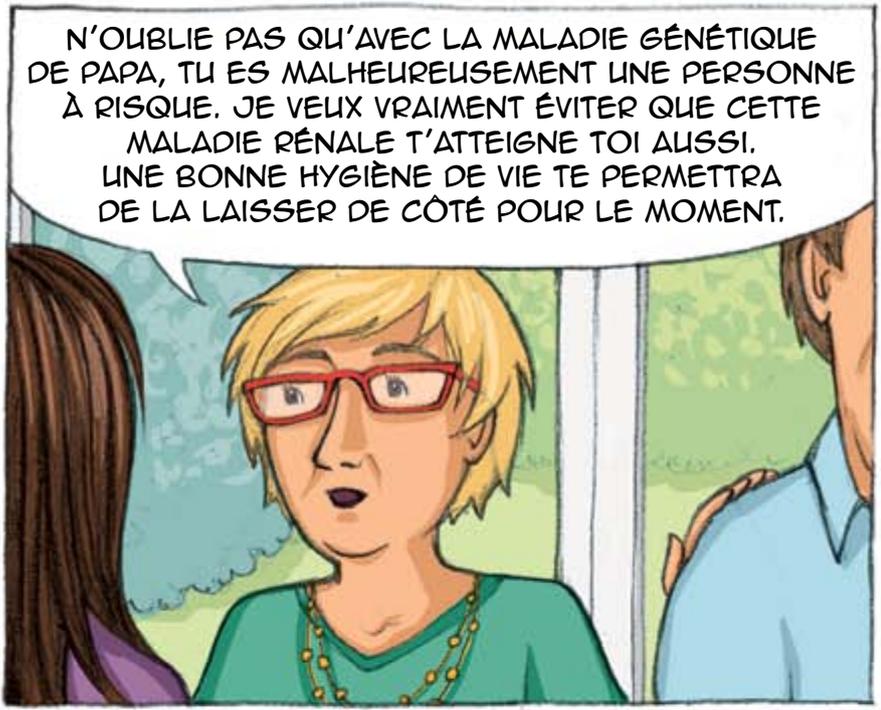
Hugo
le fils

Ils vivent là !

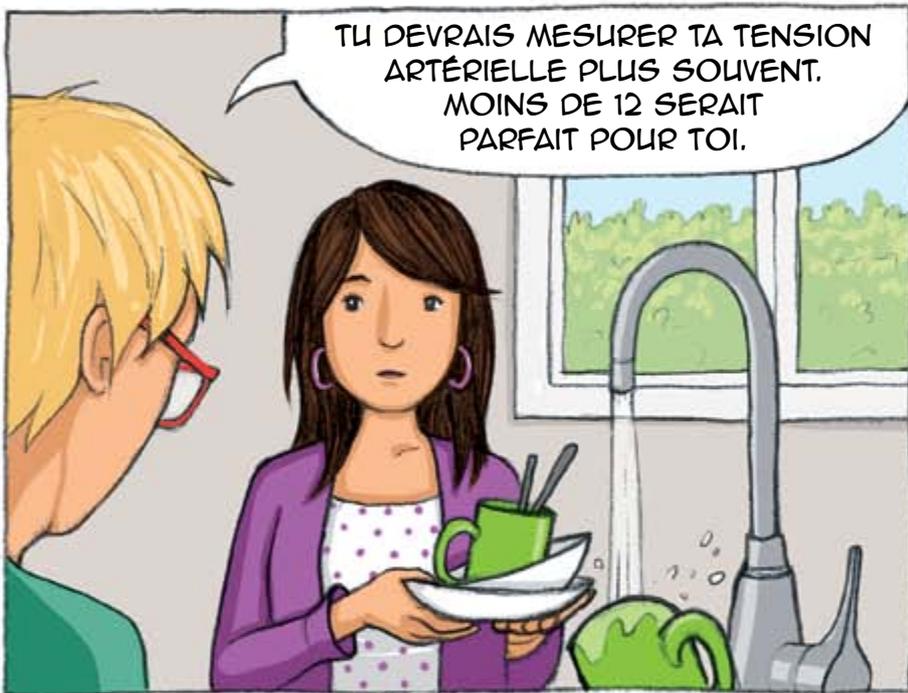




MANON, LE SUCRE STP ! FAIS UN EFFORT POUR LE RALENTIR DANS TON ALIMENTATION, C'EST COMME POUR LE SEL, N'ABUSE PAS !



N'OUBLIE PAS QU'AVEC LA MALADIE GÉNÉTIQUE DE PAPA, TU ES MALHEUREUSEMENT UNE PERSONNE À RISQUE. JE VEUX VRAIMENT ÉVITER QUE CETTE MALADIE RÉNALE T'ATTEIGNE TOI AUSSI. UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE TE PERMETTRA DE LA LAISSER DE CÔTÉ POUR LE MOMENT.



TU DEVRAS MESURER TA TENSION ARTÉRIELLE PLUS SOUVENT. MOINS DE 12 SERAIT PARFAIT POUR TOI.



FUMER ET BOIRE DE L'ALCOOL N'ARRANGERONT RIEN, JE SAIS QUE TU TRAVILLES TROP... MAIS AS-TU VRAIMENT BESOIN DE CELA ?

TU N'Y PEUX RIEN MANON, LES MALADIES RÉNALES HÉRÉDITAIRES PEUVENT SE MANIFESTER PLUS OU MOINS TÔT AU COURS DE LA VIE, PAR DES SIGNES CLINIQUES DIVERS ET LEUR MODE DE TRANSMISSION GÉNÉTIQUE EST VARIABLE.



L'INSUFFISANCE RÉNALE EST UN DISFONCTIONNEMENT DES REINS SILENCIEUX QUI DEVIENT IRRÉVERSIBLE, TOTALEMENT INSIDIEUX ET DONT TU T'APERCEVRAS TROP TARD.



PROFITE DE LA VIE MANON, MAIS S'IL TE PLAÎT, PRENDS MIEUX SOIN DE TOI !

OK PATRICIA ! C'EST TOI QUI AS RAISON...



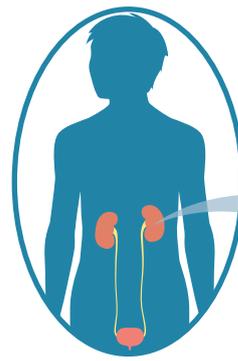
Amandine WANERT

Prenez soin de vos reins !

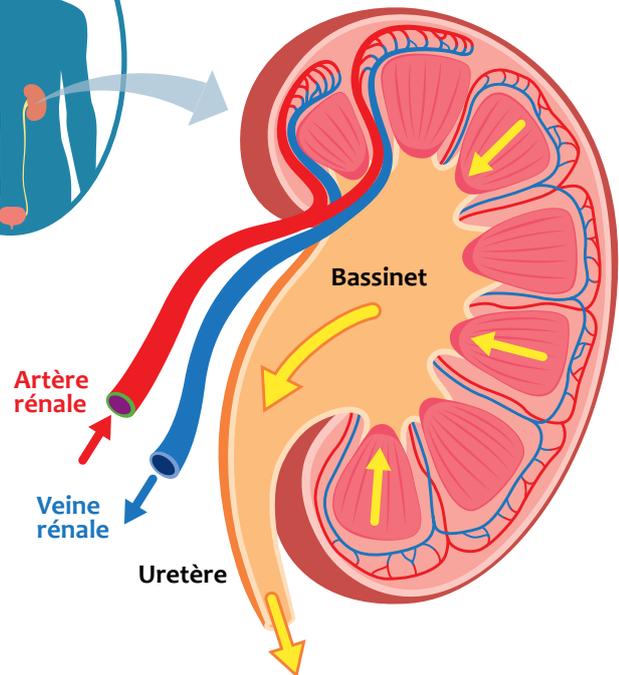
L'eau indispensable à la vie irrigue en permanence les cellules de notre corps. En boire régulièrement et assez, permet un bon fonctionnement de nos reins.

Les reins permettent l'élimination des déchets et le maintien de l'équilibre du milieu intérieur de l'organisme. Ils sont constitués d'environ un million d'unités appelées néphrons.

Les maladies rénales héréditaires peuvent toucher toutes les parties du néphron : les glomérules qui filtrent le sang, les tubules qui modifient ensuite la composition de l'urine.



Les reins filtrent et régulent entrées et sorties, ils éliminent les déchets par l'urine. Ces déchets proviennent du métabolisme des protéines.



LE SAVIEZ-VOUS ?

L'insuffisance rénale est la conséquence d'une diminution de l'épuration rénale. Celle-ci est insidieuse parce qu'indolore, de ce fait elle est souvent dépistée tardivement.

Plus on mange de sel, plus la pression artérielle et la rigidité des vaisseaux risquent d'augmenter. Au niveau des reins, une quantité trop importante de sel peut contribuer indirectement à la réduction de la fonction rénale.



La pratique d'une activité physique est par ailleurs un excellent moyen de contrôler la quantité de sel de l'organisme par la sudation.

Un régime pauvre en sel et le traitement par des antihypertenseurs ont une place très importante pour ralentir la progression de l'atteinte rénale.

Une alimentation trop riche en protéines augmente le travail des reins et favorise l'aggravation de l'insuffisance rénale.

Pensez-y: Des choix simples de style de vie (ce que vous mangez, si vous êtes actif, si vous fumez) auront un impact sur votre longévité et votre qualité de vie.

Ligue Rein & Santé

Depuis le 1er avril 2015 trois livrets de la Ligue Rein et Santé titrés « Oui, vos reins sont bien malades » sont à la vente aux éditions l'Harmattan à Paris (dont version PDF). Ces utilitaires accompagneront les personnes concernées par une insuffisance rénale chronique, afin de mieux comprendre le parcours de soins imposés.

LA FAMILLE MEUNIER, 5 ans plus tard



Marc
le père



Patricia
la mère



Manon
fille de Marc
d'un 1^{er} mariage



Hugo
le fils

Par une belle journée d'été et tandis que Patricia a de saines lectures...



QUE PENSES-TU DE MA NOUVELLE
CRÉATION ? UNE ROBE EN
MOUSSELINE ET TULLE !



VRRRRRRRRR
TRÈS TENDANCE !
J'AIME BEAUCOUP.



VRRRRRRRRR

ÇA Y EST,
ÇA MARCHE !
FA-BU-LEUX !



VRRRRRRRRR

SUPER TON DRONE
PAPA, JE VAIS METTRE
UNE PHOTO SUR
INSTAGRAM !



MARC, LES BROCHETTES
DE LÉGUMES SONT
PRESQUE CUITES !

J'ARRIVE ! JE
VAIS M'OCCUPER
DES SARDINES.



JE VAIS T'AIDER, PAPA.



ÉVITE, COMME POUR TA SOEUR, DE ME REJOINDRE DANS LA MALADIE.



POUR ÊTRE SÛR QUE TES REINS FONCTIONNENT BIEN, IL FAUDRA TE FAIRE DÉPISTER RÉGULIÈREMENT.



C'EST JUSTE UNE BANDELETTE URINAIRE QUI RÉVÈLERA LE CONTENU DE TES URINES ET TES RISQUES DE MALADIE.



UNE PRISE DE SANG, VOIRE UNE ÉCHOGRAPHIE, CONFIRMERONT QUE TU N'AS RIEN.

LE PROBLÈME VIENT DE MES GÈNES FAMILIAUX. TON ONCLE CHARLES EST DÉCÉDÉ DE CETTE MALADIE, IL N'AVAIT PAS LES POSSIBILITÉS OFFERTES AUJOURD'HUI POUR RALENTIR CETTE MALADIE RÉNALE.



SI UN JOUR, UN DÉBUT D'INSUFFISANCE RÉNALE EST DÉCELÉ, TU DEVRAS CONSULTER UN NÉPHROLOGUE ET TE FAIRE SUIVRE.



MAIS JE PENSE QUE POUR LE MOMENT IL N'Y A AUCUNE RAISON QUE TU SOIS CONCERNÉ, TU AS HÉRITÉ DE 50% DES GÈNES DE TA MAMAN, ILS TE PROTÈGERONT, J'EN SUIS CERTAIN....



PRÉVENIR VAUT MIEUX QUE D'AVOIR À GUÉRIR !



ET MAINTENANT, BON APPÉTIT !

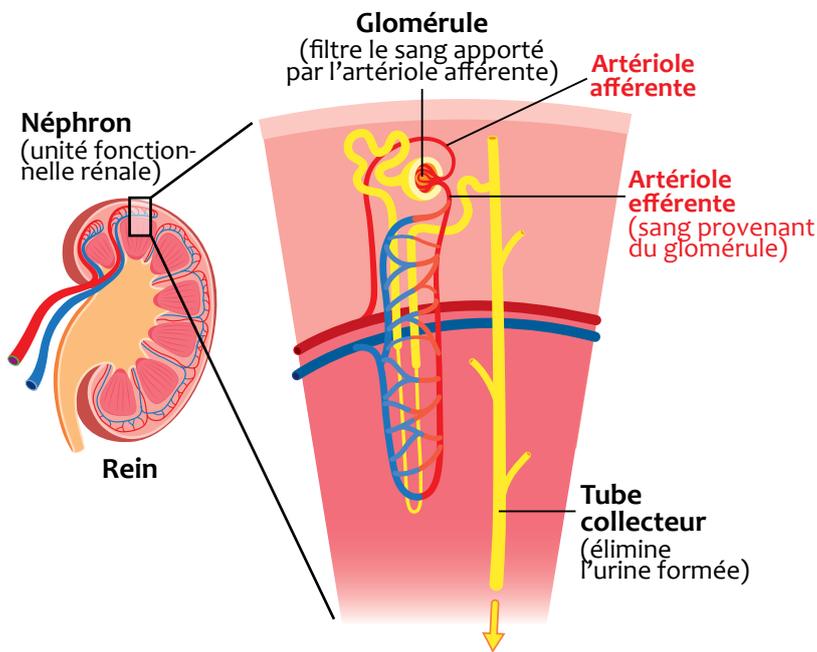


L'Insuffisance Rénale Chronique (IRC)

Elle se caractérise par une **perte progressive de la fonction rénale**. La fonction rénale est définie par le DFG (Débit de Filtration Glomérulaire, c'est-à-dire la quantité de plasma filtré/mn).

Elle survient souvent à la suite d'une maladie rénale déjà connue.

Son évolution peut être ralentie, la précocité de la prise en charge spécialisée conditionnera l'efficacité du traitement. On commencera par traiter l'hypertension artérielle et diminuer la protéinurie.



LE SAVIEZ-VOUS ?
La particularité de la maladie rénale est qu'elle s'installe silencieusement durant des années, dont les symptômes apparaissent alors qu'il est souvent trop tard. Parfois l'on ne peut l'empêcher d'évoluer vers une insuffisance rénale.

Définition et stratification de la maladie rénale chronique

Stade	Description	DFG
À risque élevé de maladie rénale chronique	Existence de facteurs de risque de maladie rénale (diabète, hypertension, antécédents familiaux, sujets âgés...)	≥ 90
1	Signes d'atteinte rénale (protéinurie, taille des reins...) et DFG normal	≥ 90
2	Atteinte rénale et réduction « légère » du DFG	60 à 89
3	Réduction « modérée » du DFG	20 à 59
4	Réduction sévère du DFG	15 à 29
5	Insuffisance rénale terminale (dialyse ou transplantation nécessaires)	< 15

DFG = Débit de Filtration Glomérulaire en ml/min/1.73m²

Nos reins assument des fonctions essentielles en fabricant l'urine qui contribue à éliminer les substances toxiques ou inutiles, ils jouent notamment un rôle de purificateur pour notre organisme entier.

On parle d'insuffisance rénale uniquement quand la fonction d'élimination des déchets est altérée. Soit lorsque les reins ont des difficultés à remplir leurs fonctions habituelles.

Le débit de filtration glomérulaire (DFG) mesure cette fonction. Étant donné l'importance de la réserve en néphrons, le DFG n'est altéré que lorsque près de 75% d'entre eux sont atteints, cette progression est irréversible. Le délai d'évolution jusqu'à l'insuffisance rénale chronique terminale (IRCT) est très variable (de quelques mois à plusieurs décennies).

Pour autant, lorsque les premiers symptômes apparaissent, c'est souvent déjà le signal de dommages irréversibles ; ainsi les complications de l'IRC commencent bien avant le stade de la suppléance (recours à la dialyse ou transplantation rénale).

Soyez donc vigilant, notamment quand des antécédents familiaux vous prédisposent à l'une de ces maladies !

Ligue Rein & Santé

Les chiffres explosent et inquiètent les professionnels de santé. L'Institut de veille sanitaire a ainsi souligné que près de 3,5 millions de Français souffrent de diabète, et certains conjuguent ce diabète avec une insuffisance rénale. La Ligue Rein et Santé s'efforce, avec : ses revues (Rein echos), ses ouvrages, ses vidéos et DVD, ses podcasts, ses sites Web et sa présence sur les réseaux sociaux ; de sensibiliser le public sur les maladies rénales et leur prise en charge aux différents stades de l'insuffisance rénale chronique. Une information qui : de la prévention, au dépistage précoce et aux soins de suppléance concerne de plus en plus de nos compatriotes. Pour en parler les membres de la Ligue Rein et Santé sont des personnes directement concernées par la maladie, assistés de néphrologues qui les conseillent.

LA FAMILLE MEUNIER, 10 ans plus tard



Marc
le père



Patricia
la mère

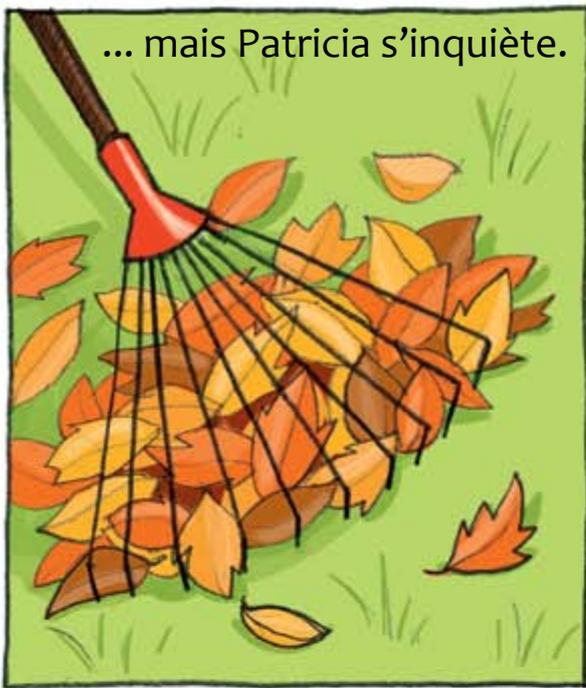


Manon
fille de Marc
d'un 1^{er} mariage



Hugo
le fils





... mais Patricia s'inquiète.



MARC, J'AI LU DANS LE DERNIER REIN ÉCHOS QU'À PARTIR DE 40 ANS, ON PERD 1% DE SA FONCTION RÉNALE CHAQUE ANNÉE, SOIT 10% TOUTS LES DIX ANS. CHEZ TOI LES SYMPTÔMES SONT LÀ.



COMPTE TENU DE TES ANTÉCÉDENTS IL Y AURA UN MOMENT OÙ TES REINS, DÉJÀ MAL EN POINT, NE FONCTIONNERONT PLUS.



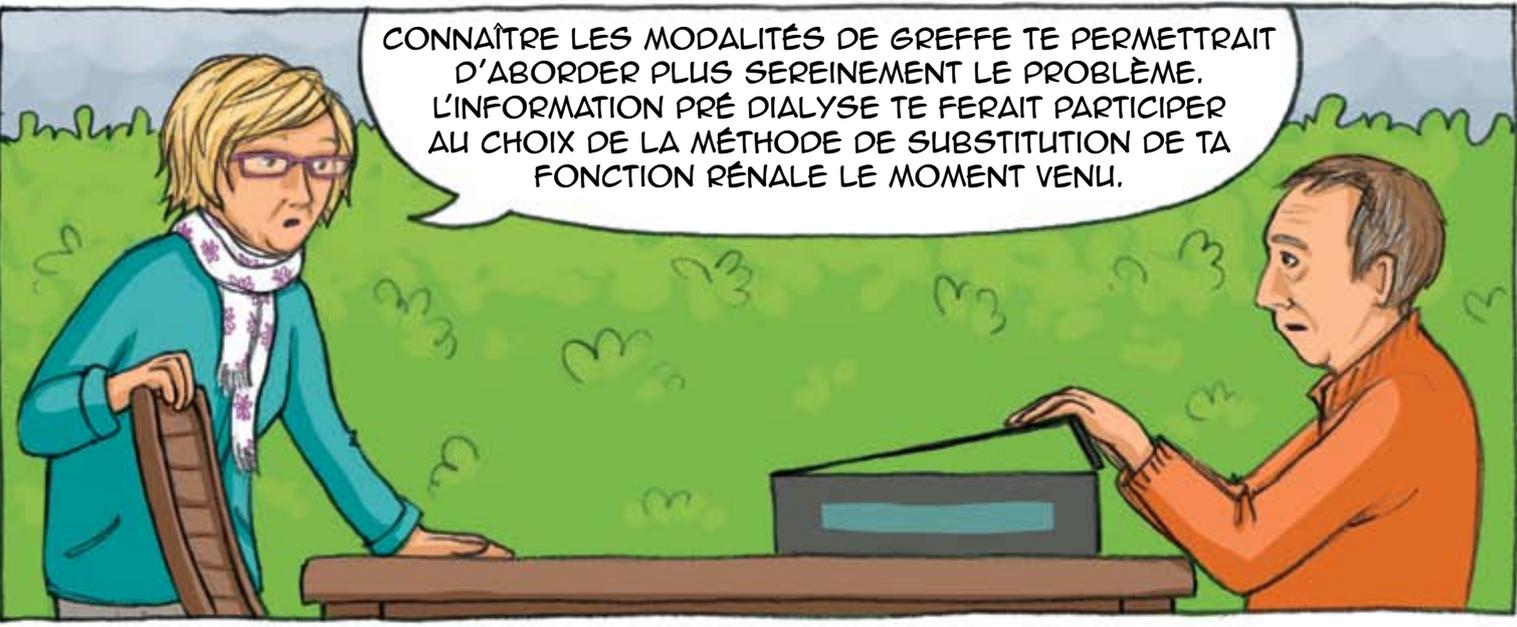
LES COMPLICATIONS DE TON INSUFFISANCE RÉNALE SONT APPARENTES, TON ÉTAT GÉNÉRAL S'ÉTIOLE.



J'AI REGARDÉ TES DERNIERS RÉSULTATS, TON INSUFFISANCE RÉNALE EST JUGÉE SÉVÈRE.



TU SAIS BIEN QUE JE N'AI PAS LE TEMPS DE M'OCCUPER DE CELA, J'AI DES MÉDICAMENTS ET JE ME SENS BIEN.



CONNAÎTRE LES MODALITÉS DE GREFFE TE PERMETTRAIT D'ABORDER PLUS SEREINEMENT LE PROBLÈME. L'INFORMATION PRÉ DIALYSE TE FERAIT PARTICIPER AU CHOIX DE LA MÉTHODE DE SUBSTITUTION DE TA FONCTION RÉNALE LE MOMENT VENU.



J'AI ENTENDU PARLER DE LA GREFFE PRÉEMPTIVE, ET CELLE DE DONNEUR VIVANT. MARC, JE SUIS PRÊTE À TE DONNER UN DE MES REINS SI JE SUIS COMPATIBLE AVEC TOI, TU RETROUVERAS LA FORME.



PATRICIA IL N'EN EST PAS QUESTION! JE NE TE PRIVERAI PAS DE CES PRÉCIEUX ORGANES, SI TU DEVAIS EN DONNER UN UN JOUR, CE SERAIT À TON FILS HUGO, MAIS CERTAINEMENT PAS À MOI.



VOUS ÊTES PRÊTS LES PARENTS ?



C'EST PARTI, ALLONS-Y !

Amandine WANBERT

La transplantation

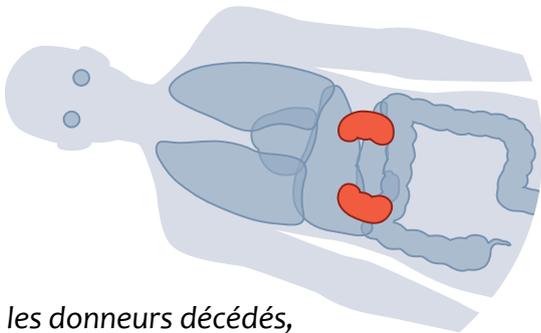
L'insuffisance rénale terminale (10% des capacités rénales):

- les reins ne fonctionnent plus
- la fonction rénale résiduelle est très faible ou inexistante
- le traitement par dialyse ou transplantation devient essentiel

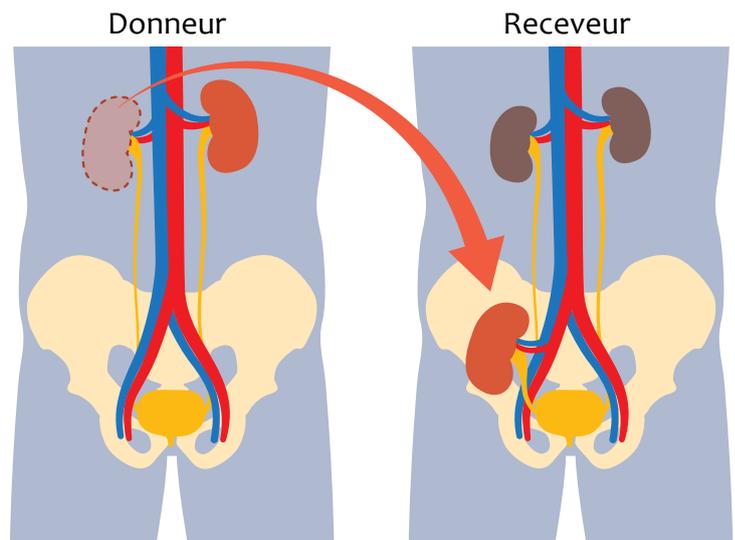
À un stade très avancé (insuffisance rénale terminale), le potassium provenant de l'alimentation n'est plus éliminé correctement, entraînant son accumulation dans l'organisme et provoquant des crampes, des œdèmes, des troubles du rythme cardiaque (arythmie).

LE SAVIEZ-VOUS ?

La transplantation rénale (greffe de rein) est une opération chirurgicale consistant à remplacer les reins défaillants par un rein compatible plus sain. Selon la pathologie initiale, le greffon peut être implanté sans que les reins natifs ne soient enlevés.



Chez les donneurs décédés, plusieurs organes sont prélevés, dont les deux reins.



Le rein transplanté est généralement greffé plus bas que la position anatomique normale, notamment dans la fosse iliaque.

Les symptômes qui traduisent les complications de l'insuffisance rénale (maladie grave et silencieuse) surviennent à partir du stade 4 et surtout du stade 5, alors que ces complications évoluent de manière insidieuse depuis plusieurs semaines ou mois.

Lorsque les reins ont perdu 85 % de leurs capacités fonctionnelles et que les complications liées à l'IRC deviennent trop graves (fatigue, hypertension, etc.), un traitement de substitution devient alors indispensable. Le choix de la méthode de suppléance se prépare à l'avance, en collaboration avec le néphrologue, le patient et le médecin traitant. Chaque technique présente en effet ses avantages et ses inconvénients et il existe pour certaines des contre-indications.

La dialyse consiste à nettoyer le sang à la place des reins, via des séances d'épuration extra rénale plus ou moins longues.

La transplantation rénale reste la meilleure solution pour retrouver une vie presque normale lorsqu'on souffre d'insuffisance rénale terminale. Pour certains malades, elle est vitale lorsque la dialyse ne permet plus d'enrayer la dégradation générale de l'état de santé. Un traitement immunosuppresseur est nécessaire aussi longtemps que le greffon est en place, afin d'éviter le rejet du rein, ce qui rend le patient plus fragile face aux infections.

Néanmoins, les patients retrouvent une vie normale et plus de liberté de mouvements qu'en dialyse, ce qui leur permet de reprendre une activité professionnelle.

Ligue Rein & Santé

L'information et l'éducation thérapeutique sont les piliers fédérant la stratégie ; comment accepter sinon, les contraintes hygiéno-diététiques, les multiples médicaments, les examens répétés, alors que l'état clinique paraît parfait ?

Du point de vue du patient, il faut lui permettre un choix éclairé de la technique la plus adaptée, moins contingenté par l'offre locale, étudiées selon des considérations médicales, sociales ou de préférence du patient.

LA FAMILLE MEUNIER, 15 ans plus tard



Marc
le père



Patricia
la mère



Manon
fille de Marc
d'un 1^{er} mariage



Hugo
le fils

Un soir d'hiver, tandis que Patricia rentre du journal...



ENFIN ! NOUS AVONS BOUCLÉ LE DERNIER NUMÉRO DE FASHION STYL.

SALUT MAMAN !



REGARDE ! ON PARLE DE MOI SUR LA LUNE DE ZIK MAG !



BRAVO HUGO !

BONSOIR MARC ! HELLO MANON ! ARE YOU READY FOR YOUR TRIP TO NEW YORK ?

HI MUM ! OUI, PAPA M'AIDE À CHOISIR QUELQUES LIVRES ET JE SERAI PRÊTE ! LE CONTAINER EST RÉSERVÉ POUR DEMAIN.



JE SAVAIS QUE TU DÉCROCHERAS CE POSTE D'ASSISTANTE DANS CETTE GRANDE MAISON DE HAUTE COUTURE ! ET TOI MARC, DES NOUVELLES DE TON BREVET ?



OUI IL VA ENFIN ÊTRE EXPLOITÉ ! LA LIVRAISON DE MÉDICAMENTS PAR DRONE À DOMICILE : UN GRAND PROGRÈS POUR LES MALADES EXCENTRÉS.

SUPER PAPA !





LE DÎNER EST PRESQUE PRÊT.
TU VIENS M'AIDER MAMAN ?

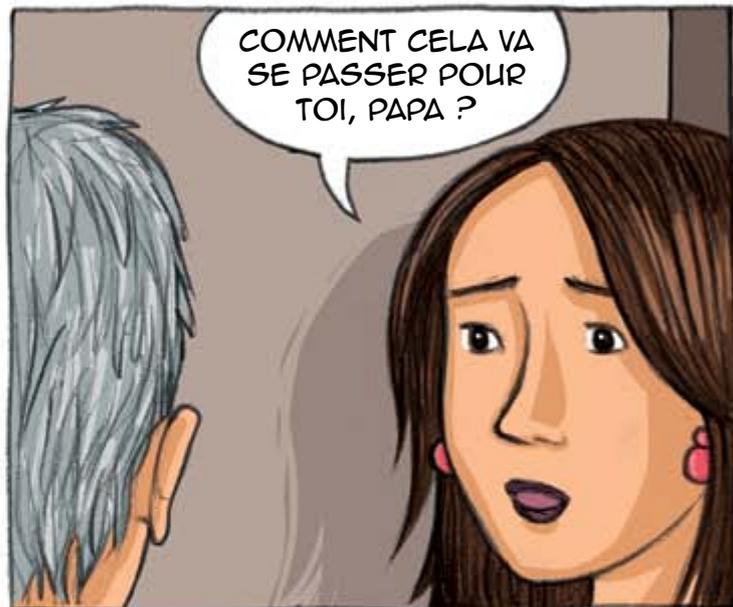
ALLONS-Y !



MANON, JE VAIS ENTRER DANS PEU
DE TEMPS EN DIALYSE ET JE DEVRAI
AUSSI L'ANNONCER À TON FRÈRE.



JE SUIS DÉSOLÉ DE T'ANNONCER CETTE
NOUVELLE ALORS QUE TU PARS AUX USA.
JE SUIS TRÈS CONTENT DE TON CONTRAT,
TES TALENTS VONT EXPLOSER LÀ-BAS.



COMMENT CELA VA
SE PASSER POUR
TOI, PAPA ?



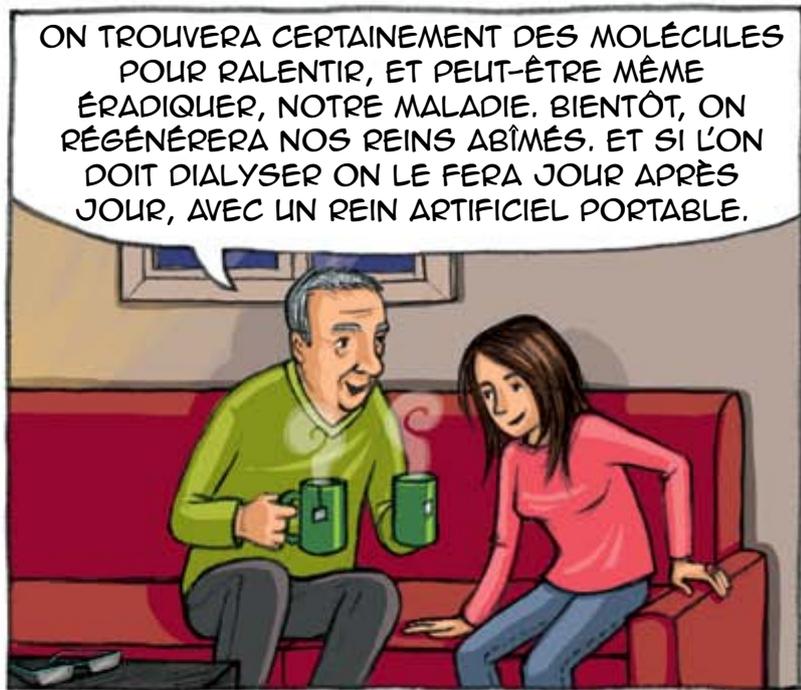
JE DIALYSERAI A PRIORI DANS UNE
UNITÉ DE SOINS MÉDICALISÉS, JE NE
VEUX PAS FAIRE ENTRER ENCORE PLUS
LA MALADIE DANS NOTRE MAISON.
J'IRAI DANS CET ÉTABLISSEMENT 3 FOIS
PAR SEMAINE POUR ÉPURER MON SANG
AVEC UNE MACHINE.



CELA NE M'A PAS EMPÊCHÉ
DE M'INSCRIRE SUR LA LISTE
D'ATTENTE DE TRANSPLANTATION.



JE VOUDRAI QUE CELA NE T'ARRIVE PAS MA FILLE, ET J'AI CONFIANCE EN LA RECHERCHE MÉDICALE.



ON TROUVERA CERTAINEMENT DES MOLÉCULES POUR RALENTIR, ET PEUT-ÊTRE MÊME ÉRADICHER, NOTRE MALADIE. BIENTÔT, ON RÉGÉNÉRERA NOS REINS ABÎMÉS. ET SI L'ON DOIT DIALYSER ON LE FERA JOUR APRÈS JOUR, AVEC UN REIN ARTIFICIEL PORTABLE.



IL Y A 60 ANS DE CELA, JE SERAIS DÉJÀ MORT D'UNE CRISE D'URÉMIE, JE SUIS TOUJOURS LÀ. QUEL PROGRÈS PAR RAPPORT À L'ÉPOQUE DE TONTON CHARLES, CE SERA DE MÊME POUR TOI, AUSSI JE NE M'INQUIÈTE DONC PAS.



PARS TRANQUILLE MANON ET PRENDS SOIN DE TOI.



PAPA JE T'APPELLERAI SUR SKYPE PENDANT TES DIALYSES, TU ME RASSURERAS. TU VAS BEAUCOUP ME MANQUER...

MANON, MARC, À TABLE !



... et la vie continue pour la famille Meunier...

TA PIZZA BIO SENT BON, HUGO.

La dialyse de suppléance

Lorsque la prise en charge néphrologique est tardive (et pas seulement), la mise en dialyse s'impose et les personnels des centres qui gèrent ces situations réalisent une évaluation en vue de greffe et d'une consultation rapidement organisée auprès d'un centre de transplantation.

De plus, avec le temps, l'insuffisance rénale est responsable de complications qui surviennent progressivement mais inéluctablement, en particulier cardio-vasculaires. La dialyse ne permet que de retarder leur survenue.

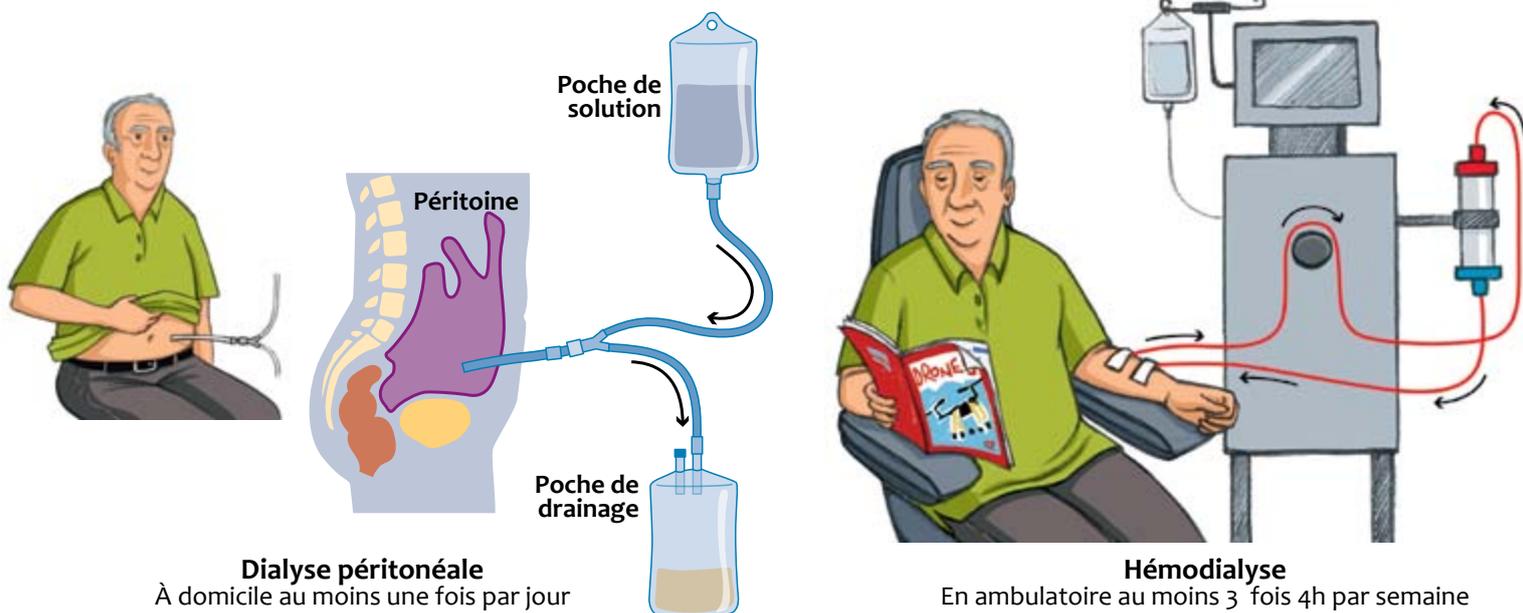


Hémodialyse parfois psychologiquement difficile à vivre :

« Reliée par des tuyaux à une machine pendant quatre heures, trois fois par semaine, à vie parfois. On fait avec mais on ne s'y fait pas » dit une patiente.

Des contraintes difficilement conciliables avec une activité professionnelle pour les plus jeunes. Et une vie sociale « bâclée » à cause des restrictions alimentaires et liquides et des privations. Sans rein, l'organisme n'élimine pas ses déchets, alors il faut éviter tout surpoids.

« Je n'ai pas droit à plus d'un demi litre d'eau par jour. Je dois éviter les aliments riches en potassium : chocolat, avocat, coco, fruits secs, etc. Que des petits plaisirs que j'aime ! C'est usant, d'être tentée en permanence, et ne pas pouvoir céder. Ça me pousse à refuser certaines invitations. » Clicanoo.re



LE SAVIEZ-VOUS ?

Nombreux sont ceux qui sous prétexte de ne pas souffrir de leur hypertension attendent que leurs reins donnent des signes de fatigue, d'autres négligeront une hématurie répétée, les conséquences d'un diabète, les transmissions génétiques. Tous ceux-là prennent des risques avec leur santé et finiront peut-être un jour en dialyse.

On peut ralentir l'insuffisance rénale faute de la guérir, mais on peut aussi l'éviter en étant vigilant. Nos reins sont des organes précieux, silencieux, que l'on néglige à tort.

Notre but est de vous sensibiliser, sachant que tant que l'on a pas mal, bien à tort nous voulons nous croire en bonne santé. D'évidence, un dépistage des personnes à risque s'impose précocement. Rejoindre la cohorte des malades rénaux chroniques n'a rien d'une sinécure.

Il faut y penser dès maintenant...

Ligue Rein & Santé

Comme 7 millions de spectateurs, nous avons été enchanté par le film « La famille Bélier », qui nous a inspiré. Les familles Meunier ou Bélier, c'est vous et c'est nous.

Le handicap génétique de la famille Meunier (maladie rénale irréversible) ne peut se comparer à celui du film « La famille Bélier » (surdité, sauf chez nous pour la maladie de Fabry), mais l'important pour chaque handicap, n'est-il pas de savoir bien le gérer et de croire en l'avenir, de génération en génération- ?

Enfants dialysés et transplantés : si vous aussi pensez pouvoir, comme Hugo, écrire une chanson pour Louane, envoyez-la à « LRSasso@orange.fr ». Elle sera ensuite sélectionnée puis publiée ; la plus belle sera alors adressée à l'intéressée.