

## Diabète et reins

**Le diabète peut toucher les reins par une maladie lente et indolore. Celle-ci peut entraîner un mauvais fonctionnement du rein, aboutissant à la dialyse. Une surveillance régulière et une bonne hygiène de vie permettent de limiter cette menace.**

### **Que peut-il arriver à mes reins ?**

Le diabète est la première cause d'insuffisance rénale et de dialyse dans les pays développés.

Le diabète affecte les reins en abîmant les petits vaisseaux à travers lesquels le rein filtre le sang qui vont finir par se boucher, d'autant plus que le sucre est en excès dans le sang.

Les reins ne jouent plus correctement leur rôle de filtre : ils laissent passer l'albumine dans les urines et retiennent certains déchets qui devraient être éliminés. C'est la 1<sup>re</sup> étape de l'atteinte rénale.

### **Quelles sont les causes d'atteinte des reins ?**

L'excès de sucre dans le sang non contrôlé.

L'hypertension artérielle.

La génétique.

Certains médicaments toxiques pour le rein.

### **Comment empêcher l'évolution ?**

On peut limiter le risque d'atteinte rénale en maintenant autant que possible le taux de sucre sanguin dans les limites de la normale et en surveillant les facteurs aggravants, en particulier l'hypertension artérielle.

La première phase de la maladie est réversible si elle est dépistée et traitée très tôt.

### **Comment dépister une éventuelle atteinte rénale ?**

Lors d'une analyse d'urine en laboratoire (détection de la microalbuminurie) ou au moyen de bandelettes urinaires, montrant la présence d'albumine dans les urines (ou albuminurie).

Lors d'une prise de sang révélant une augmentation du taux de créatinine (substance habituellement éliminée par les reins).

A l'aide de la mesure de la tension artérielle, habituellement augmentée en cas d'insuffisance rénale.

### **Quand dois-je me faire contrôler ?**

Une fois par an pour les analyses de sang et d'urine.

Tous les 3 mois pour la prise de tension artérielle.

### **Comment évolue la maladie ?**

Pendant la première phase réversible (taux d'albumine dans les urines inférieur à 300 mg/24 h), l'atteinte des reins peut être améliorée par la normalisation du sucre dans le sang et de la tension artérielle.

Au-delà d'un certain stade (taux d'albumine dans les urines supérieur à 300 mg/24 h, détectable sur la bandelette urinaire), l'atteinte des reins devient irréversible, mais peut encore être stoppée avant le passage en dialyse.

15 à 30 % des diabétiques développent une maladie des reins, dix à quinze ans après la découverte du diabète.

L'insuffisance rénale accentue le risque de maladie cardiovasculaire.

Une normalisation du sucre sanguin et une bonne hygiène de vie (réduction du sel en cas d'hypertension, perte de poids, activité physique, limitation de l'alcool et du tabac, lutte contre l'excès de cholestérol) sont les deux principaux axes de prévention.

## **Informations sur le document**

Date de validation : **08/09/10**