

Guide patient · Service de Néphrologie

La dialyse : tout comprendre pour *bien vivre* avec votre traitement

Ce document est votre guide personnel. Conservez-le et apportez-le à chaque séance et consultation.



Version complète en ligne

Droits accordés à l'usage exclusif des soignants du service de Néphrologie de Bourg-en-Bresse et à leurs patients.

1. Votre maladie : l'insuffisance rénale chronique

Vos reins ne fonctionnent plus suffisamment. Ils ne peuvent plus filtrer votre sang, éliminer les déchets, réguler votre tension et votre taux de potassium. C'est ce qu'on appelle l'**insuffisance rénale chronique terminale (IRCT)** — le stade 5, le plus avancé. Elle est irréversible, mais elle se gère.

Stade	DFG	Situation
G1–G4	15–90+	Fonction diminuée, surveillance
G5 — vous	< 15	Insuffisance terminale → dialyse ou greffe indispensable

2. Pourquoi la dialyse vous a été proposée

Sans traitement, les déchets azotés s'accumulent dans votre sang (**urémie**), le potassium monte à des niveaux dangereux pour le cœur, et l'excès d'eau provoque des œdèmes. **Sans dialyse, vous ne pouvez pas survivre plus de quelques jours.**

→ **Hémodialyse en centre** : votre sang est filtré 3 fois/semaine, ~4h par séance.

→ **Dialyse péritonéale** : filtre naturel (péritoine), peut se faire à domicile la nuit.

3. Ce que la dialyse implique au quotidien

Rythme

3 séances / semaine, environ 4h chacune. Ne jamais sauter une séance.

Alimentation

Limiter le potassium, le phosphore et le sel. Objectif : < 5g de sel/jour.

Boissons

Ration hydrique limitée : urine résiduelle + 500 ml/jour maximum.

Médicaments

Chélateurs du phosphore (au repas), EPO, antihypertenseurs. Jamais d'ibuprofène ni de suppléments K+ sans avis médical.

Droits

ALD 19 : prise en charge à 100 %. Transport médicalisé prescrit. MDPH possible. Assistante sociale disponible au centre.

Vacances

Possibles — prévenez votre centre 4 à 6 semaines à l'avance.

URGENCE — SI VOUS NE POUVEZ PAS VENIR À UNE SÉANCE

Appelez votre centre de dialyse dès que possible. Ne restez jamais plus de 72h sans dialyse sans en informer votre équipe soignante.

4. Votre équipe soignante

■ Néphrologue

Médecin référent. Prescrit et ajuste votre dialyse. Coordonne la greffe.

■ Infirmier(ère)

Pose des aiguilles, surveillance pendant la séance.

■ Aide-soignant(e)

Votre confort et sécurité pendant la séance.

■ Diététicien(ne)

Adapte votre alimentation à la dialyse.

■ Assistant(e) social(e)

ALD, MDPH, transport, aides à domicile.

■ Pharmacien

Interactions médicamenteuses — votre allié quotidien.

5. Les conseils de mon néphrologue

Espace réservé aux recommandations personnalisées de votre néphrologue.

Date :

6. Mes questions pour le néphrologue

Notez ici vos questions avant chaque consultation — vous n'oubliez rien.

N°	Ma question	Réponse / Note
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

7. Mes prochains rendez-vous

Nom	Spécialité	Établissement	Adresse	Ville	Secrétariat	Date

8. Ce que vous pouvez manger et boire

✓ Autorisés (pauvres en K+)

Pommes, poires, raisins blancs · Haricots verts, carottes, courgettes · Pâtes, riz blanc, pain · Viandes, poissons, œufs · Fromages à pâte cuite

× À limiter (riches en K+)

Bananes, kiwis, oranges, dattes · Pommes de terre (sauf dessalées) · Légumineuses · Fruits secs, noix · Chocolat, café en excès · Sel "sans sel" (contient du K+)

BOISSONS — RÈGLE DE BASE

Volume autorisé = urine résiduelle + 500 ml/jour. Évitez sodas, jus concentrés, eaux riches en sodium ou potassium.

9. Vos médicaments — rappel essentiel

Médicament	Quand
Chélateurs du phosphore (Renagel, Renvela...)	Au moment des repas — jamais à jeun
EPO / Érythropoïétine	Injections 1 à 3x/semaine — souvent en séance
Antihypertenseurs	Le matin — certains ne doivent PAS être pris le jour d'une séance
Vitamine D activée	Selon prescription — souvent le soir
Bicarbonate de sodium	Selon prescription

NE JAMAIS PRENDRE SANS AVIS MÉDICAL

Anti-inflammatoires (ibuprofène, kétoprofène) · Suppléments de potassium ou magnésium · Phytothérapie / compléments alimentaires sans avis néphrologue.

Guide complet en ligne

<https://mediscribe.fr/nephrologie/dialyse-patient.html>

Rédigé par MediScribe selon les recommandations SFNDT. À valider par un néphrologue avant diffusion institutionnelle. Droits accordés à l'usage exclusif des soignants du service de Néphrologie de Bourg-en-Bresse et à leurs patients.



Scannez pour la version en ligne