

Lien vers l'article:

[https://infosante.whitecube.  
dev/guides/atteinte-des-  
reins-par-le-diabete](https://infosante.whitecube.dev/guides/atteinte-des-reins-par-le-diabete)

# Diabète : atteinte des reins (néphropathie diabétique)

## De quoi s'agit-il ?

Les reins sont constitués de millions de filtres microscopiques (les glomérules). Le sang circule continuellement à travers ces filtres. Les filtres nettoient le sang en permanence : ils débarrassent le sang de l'excès de déchets et d'eau, et maintiennent la quantité de sels dans certaines limites. Ce qui est en excès est évacué via les urines.

Il arrive que ces filtres soient abîmés. Cela déstabilise l'équilibre de l'eau dans le corps. Certains déchets peuvent s'accumuler dans le sang. Les filtres peuvent laisser s'échapper des éléments qui ne devraient normalement pas passer à travers le filtre, comme des protéines ou des globules rouges par exemple. Le sang contient alors trop peu de protéines, et on retrouve ces protéines et ces globules rouges dans les urines.

Si les filtres rénaux continuent de s'abîmer, ils finissent par ne plus du tout fonctionner. Dans ce cas, les déchets restent dans le sang, ce qui peut être toxique pour l'organisme.

Les personnes atteintes de diabète courent un plus grand risque d'atteinte des reins. Elles ont en effet trop de sucre dans le sang, ce qui affecte les vaisseaux sanguins des reins. Le tabagisme, l'hypertension, l'hypercholestérolémie (un taux élevé de cholestérol) et l'excès de poids endommagent également les vaisseaux sanguins des reins.

Le plus souvent, une atteinte des reins ne provoque au début pas de symptômes. Mais les analyses de sang et d'urine peuvent déjà révéler des anomalies. La présence de protéines dans les urines (protéinurie) en est généralement le premier signe.

## Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin vérifiera régulièrement (par exemple tous les ans) qu'il n'y a pas trop de protéines dans vos urines. Pour ce faire, vous devrez collecter votre première urine du matin dans un petit pot. Cet échantillon sera ensuite analysé au laboratoire.

Si votre urine contient trop de protéines, le médecin vous demandera de prélever un deuxième échantillon pour un contrôle. Une infection des voies urinaires, un effort physique, une fièvre ou une diminution de la fonction de pompe du cœur peuvent donner de faux résultats.

Il vous fera également une prise de sang régulièrement (par exemple tous les ans) pour contrôler le fonctionnement de vos reins.

### **Que pouvez-vous faire ?**

Une alimentation saine et la pratique d'une activité physique contribuent à éviter l'obésité et maintenir la tension artérielle, le taux de cholestérol et la glycémie à de faibles niveaux. Vous réduisez ainsi les risques d'atteinte des reins et de maladies cardiovasculaires.

Limitez votre consommation d'alcool.

Essayez d'arrêter de fumer. C'est très important, car le tabac endommage les vaisseaux sanguins et provoque une détérioration de la fonction de filtre des reins.

Un diététicien peut éventuellement vous aider à composer un régime adapté. En cas d'atteinte avancée des reins, il est important de réduire la quantité de protéines dans l'alimentation. Cela se fait systématiquement sous la supervision d'un diététicien.

### **Que peut faire votre médecin ?**

Il est essentiel de bien contrôler votre glycémie. Si nécessaire, le médecin adaptera vos médicaments contre le diabète. Par exemple, la metformine doit être diminuée ou évitée si les reins fonctionnent trop mal.

Si votre tension artérielle est en moyenne trop élevée, le médecin adaptera votre traitement contre l'hypertension.

En cas de présence d'un excès de protéines dans les urines, le médecin commencera un certain type de médicaments contre l'hypertension (inhibiteurs de l'enzyme de conversion de l'angiotensine ou IECA), même si votre tension est normale.

Si la quantité de protéines dans les urines augmente trop ou si les valeurs sanguines indiquent une diminution de la fonction des reins, le médecin généraliste vous orientera vers un spécialiste des reins (néphrologue).

Rédaction le 29 avril 2020.

Dernière mise à jour le 29  
avril 2020

Lien vers l'article:

<https://infosante.whitecube.dev/guides/atteinte-des-reins-par-le-diabete>



## Liens Utiles

- Aide alcool  
<https://aide-alcool.be/>
- Activité physique  
<http://mangerbouger.be/Activite-physique-dernieres-recommandations-OMS-et-etat-de-la-situation-en>
- Arrêter de fumer. C'est possible  
<https://www.tabacstop.be/>
- Tabacologues  
<https://repertoire.fares.be>
- Trouver un·e médecin nutritionniste  
<http://www.sbm.n.org/membres/>
- Maladies rénales : interventions pour les soins  
<https://www.riziv.fgov.be/fr/themes/cout-remboursement/maladies/renale/Pages/default.aspx>
- Metformine  
<https://www.cbip.be/fr/keywords/metformine?type=substance>
- Inhibiteurs de l'enzyme de conversion (IECA)  
<https://www.cbip.be/fr/chapters/2?frag=mps-885>
- Du sport sur ordonnance  
<http://mangerbouger.be/Du-sport-sur-ordonnance>
- Diabète : les clés pour se soigner  
[https://reseau-solidaris-liege.be/wp-content/uploads/2019/03/Brochure\\_Diabete\\_2018\\_Liege\\_Telechargeable-2.pdf](https://reseau-solidaris-liege.be/wp-content/uploads/2019/03/Brochure_Diabete_2018_Liege_Telechargeable-2.pdf)
- Nutri-Score  
<https://www.health.belgium.be/fr/le-nutri-score>
- Diabète : des applications mobiles  
<https://mhealthbelgium.be/fr/toutes-les-apps>
- Alcool, le point sur votre consommation  
<http://stopouencore.be/alcool.php>
- Trouver un·e diététicien·ne agréé·e  
<https://updlf-asbl.be/>
- Centre d'Aide aux Fumeurs (CAF®)  
<https://repertoire.fares.be/caf>

## Sources

- Guide de pratique clinique étranger  
<https://www.ebpnet.be/fr/pages/display.aspx?ebmid=ebm00494>