

**Diabète & Reins**



**Pour en  
savoir plus  
sur le diabète**





Bien souvent les gens se lèvent en disant “J’ai mal aux reins !”, mais ceci n’a rien à voir avec la fonction des reins : il s’agit de douleurs dans les muscles du dos, ce qui est douloureux, gênant, mais ne met pas la santé des gens en péril. Au contraire, l’atteinte des reins est extrêmement silencieuse ; elle ne peut se repérer que par des dosages biologiques, alors qu’elle influe grandement le pronostic vital des diabétiques.

### → QU’EST-CE QUE LA FONCTION DES REINS ET QU’EST-CE QUE LE DIABÈTE PROVOQUE SUR CELLE-CI ?

Les reins sont situés dans la partie postérieure de la cavité abdominale et pèsent environ 150 grammes chacun. Leur rôle est de filtrer les déchets du sang et de les évacuer dans l’urine.

Lorsque le taux de glucose dans le sang est trop élevé, cela provoque à la fois une élévation de la pression artérielle dans la circulation du rein

et une modification de la membrane qui filtre, exactement comme si l’on faisait circuler dans un tuyau d’arrosage de l’eau à vitesse trop élevée : la pression augmente, le caoutchouc du tuyau “cuit” et devient poreux.

Au bout de plusieurs années, le système ne fonctionne plus, et le rein ne filtre plus. C’est l’insuffisance rénale terminale, qui oblige à proposer une solution de remplacement aux individus qui sont atteints : soit le passage au rein artificiel (dialyse), soit la transplantation rénale.

### → COMMENT DÉPISTER LES COMPLICATIONS RÉNALES ?

Les signaux d’alarme du mauvais fonctionnement du rein doivent être surveillés avant qu’il ne soit trop tard. Cela se fait en mesurant :

- la capacité de filtration des reins par le dosage de la créatinine dans le plasma, par prise de sang dans un laboratoire. Si le résultat dépasse les valeurs normales, le médecin approfondira les recherches notamment en orientant vers un spécialiste.

• le taux d'albumine dans les urines : cet examen est appelé microalbuminurie. Normalement, l'albumine reste dans le sang, mais elle a une taille qui correspond exactement à la taille des pores du filtre rénal. Si celui-ci commence à souffrir, l'albumine va passer dans les urines. Le taux d'albumine dans les urines est proportionnel au degré de souffrance des reins. Un rein qui fonctionne bien ne laisse passer que quelques milligrammes d'albumine dans les urines. Lorsque le rein commence à souffrir, il y a quelques dizaines de milligrammes, et la souffrance sérieuse ne commence que lorsqu'il s'agit de centaines de milligrammes. Lorsqu'on arrive au niveau des grammes (1000 mg), le rein est très sérieusement atteint.

**Ces deux dosages doivent être prescrits au moins une fois par an pour toute personne atteinte de diabète.**



## → COMMENT ÉVITER LE DÉVELOPPEMENT DES COMPLICATIONS RÉNALES ?

Heureusement, aujourd'hui, deux manières de se protéger ont démontré leur efficacité :

- premièrement, bien contrôler le diabète. C'est la meilleure façon d'éviter que l'albumine n'apparaisse dans les urines, et ceci est particulièrement bien démontré chez les diabétiques jeunes insulino-dépendants (dits de type 1) depuis des années et c'est, entre autres, de ces observations que découle la recommandation de réduire l'hémoglobine glyquée autour de 7 % autant que possible. Chez les diabétiques non-insulino-dépendants, de type 2, les mêmes résultats ont été obtenus, avec les mêmes objectifs, mais en plus, on sait maintenant que, même lorsqu'il existe une microalbuminurie, celle-ci est encore sensible à la réduction de la glycémie.
- la deuxième manière consiste à mesurer et traiter la tension : l'objectif est de la maintenir en dessous de 13/8 et, pour ceux, qui ont déjà des complications rénales, en dessous de 12/7.

Mesurez vous-même votre tension comme vous mesurez votre glycémie, soit chez votre pharmacien, soit avec un appareil à tension en veillant à ce qu'elle ne dépasse pas 130/80. Si le résultat n'est pas bon, demandez des explications à votre médecin. Soyez aussi exigeant pour votre tension que vous devez l'être pour votre glycémie : avoir une tension artérielle basse est plus facile à obtenir qu'une glycémie basse.

Divers médicaments permettent également de faire baisser efficacement la tension. Des médicaments spéciaux sont disponibles depuis plus de 20 ans, qui sont les inhibiteurs de l'enzyme de conversion (IEC) et/ou les antagonistes des récepteurs de l'angiotensine 2 (AQR2), tout récemment est apparu un inhibiteur de la rénine qui agit de la même façon (Aliskiren). En effet, ces médicaments bloquent

l'effet nocif de l'hyperglycémie sur la circulation rénale et bloquent les mécanismes qui conduisent à la sclérose des reins.

Évidemment, ces médicaments peuvent ne pas suffire pour abaisser la tension le plus possible et d'autres médicaments doivent être ajoutés : parfois, jusqu'à quatre ou cinq classes sont nécessaires pour certains patients !

La médecine dispose de moyens pour éviter les situations extrêmes auxquelles peuvent conduire les complications rénales à condition de dépister et traiter précocement.

Par ailleurs, quelques changements d'habitudes auront des effets bénéfiques, comme la réduction de la consommation de tabac et de sel en particulier.



Ce document a été rédigé et illustré par l'Association Française des Diabétiques. [www.afd.asso.fr](http://www.afd.asso.fr)

Lecteur de glycémie



## A chacun son style...



### Glucopenguin

Sa forme ludique peut dédramatiser les contrôles de glycémies auprès d'une population très jeune.



### GLUCOFIX<sup>®</sup> iD

Très léger, élégant et discret, il répond aux exigences de la vie moderne et active.



### GLUCOFIX<sup>®</sup> mio

Ecran large, très simple d'utilisation, il convient aux patients qui cherchent avant tout confort et simplicité.

# ... GlucoFix : l'esprit de famille

N° Vert appel gratuit 0800 102 602

A. MENARINI Diagnostics-France 3-5 rue du Jura -  
BP70531 - 94 633 RUNGIS Cedex

