

COMMUNIQUE DE PRESSE



Du 8 au 15 mars 2014 9^e Semaine Nationale du Rein

Pour sa neuvième édition, la Semaine Nationale du Rein, organisée par la FNAIR (Fédération Nationale d'Aide aux Insuffisants Rénaux) sera l'occasion pour la population la plus large de se faire dépister de manière anonyme et gratuite. Une multitude de stands d'information se tiendront également durant toute cette semaine dans toute la France pour informer sur les maladies rénales. Des colloques déclineront également le thème central de cette année : « Mes reins, j'y tiens : prévenir et ralentir le vieillissement du rein ». A noter que cette Semaine Nationale du Rein coïncidera une nouvelle fois avec la Journée Mondiale du Rein (13 mars) promue et animée par la Fondation du Rein. Cette journée, et tous les événements qui l'entourent, sont placés sous le haut patronage de Monsieur François Hollande, Président de la République. Aussi, le 12 mars 2014, la FNAIR, très engagée dans la recherche sur les maladies rénales, remettra une bourse de 30 000 euros à l'occasion du gala de la Fondation du Rein, qui se tiendra salle Gaveau à Paris. Notre objectif à tous : faire de cette Semaine du Rein une occasion de sensibiliser le public le plus large à l'importance de prendre soin de ses reins.

Avec le soutien de l'Agence de la biomédecine



L'insuffisance rénale, un fléau

Près de 500 millions d'individus dans le monde, dont 3 millions en France, sont atteints d'une maladie rénale. La maladie rénale est une affection sans symptôme, qui progresse à bas bruit. Chaque année en France, près de 10 000 personnes apprennent qu'elles souffrent d'une insuffisance rénale chronique (IRC)... C'est souvent trop tard. Pour plus d'un tiers d'entre elles, le diagnostic est posé au dernier moment ; elles doivent alors être dialysées en urgence. Un dépistage précoce aurait pourtant permis de retarder et de préparer cette mise en dialyse, voire de l'éviter, notamment par un traitement de la maladie rénale, ou en cas d'IRC au stade ultime, en proposant une greffe préemptive.

L'insuffisance rénale chronique en chiffres*

En France, **39 600 personnes** sont dialysées
31 100 personnes sont porteurs d'un greffon rénal
9 030 patients sont en attente d'une greffe de rein.

* Chiffres du registre REIN au 31 décembre 2011 sur 25 régions françaises

La Semaine Nationale du Rein

• Des lieux de dépistage dans toute la France

Les opérations de sensibilisation et de dépistage **anonyme et gratuit** se dérouleront comme depuis 8 ans au sein d'**établissements de santé** (hôpitaux, cliniques et centres de dialyse qui proposeront un test de dépistage de protéinurie et d'hématurie par bandelette urinaire). Près de 300 établissements et 1500 laboratoires d'analyse médicale étaient partenaires de la FNAIR lors de la dernière édition de la Semaine Nationale du Rein.

• « Mes reins, j'y tiens : prévenir et ralentir le vieillissement du rein »

A l'occasion de cette Semaine Nationale du Rein, la FNAIR a décidé d'apporter un éclairage sur une thématique qui concerne absolument tout le monde : le vieillissement du rein. Ce thème fera l'objet de colloques à travers toute la France, grâce aux 24 associations régionales que fédère la FNAIR (pour connaître les lieux et dates, rendez-vous sur le site www.semainedurein.fr)

Le rein, comme tout organe, vieillit et perd de sa fonction. Au-delà de 60 ans, trois personnes sur dix ont perdu le tiers de leur fonction rénale. Rappelons que les reins accomplissent plusieurs fonctions vitales pour notre organisme : ils servent à filtrer le sang pour éliminer les déchets (urée, créatinine, acide urique, etc.) et à les évacuer sous forme d'urine ; ils permettent de maintenir constante la quantité d'eau et à équilibrer les taux de sels minéraux nécessaires à l'organisme (potassium, phosphore, sodium) ; ils servent également à produire des hormones, des enzymes et des vitamines indispensables à la fabrication des globules rouges par la moelle osseuse, à la régulation de la pression artérielle et à la fixation du calcium contenu dans les os.

Il est possible de ralentir le vieillissement des reins et de prévenir leur détérioration en adoptant quelques règles simples d'hygiène de vie :

- **boire au minimum 1 litre d'eau par jour** pour faciliter le travail des reins, pratiquer une activité physique régulière (même 30 minutes de marche par jour sont bénéfiques)
- **manger de manière équilibrée** en limitant les graisses animales et en ne salant pas trop. Manger gras favorise le diabète et le sel favorise l'hypertension. Or, avec le diabète auquel elle est souvent associée, l'hypertension artérielle est une des principales causes d'insuffisance rénale.
- **se méfier des régimes hyperprotéinés** qui font travailler les reins à outrance et les « usent ».
- **faire attention à l'automédication excessive.** Certains médicaments apparemment anodins (comme les anti-inflammatoires, y compris l'aspirine, ou les laxatifs) peuvent s'avérer toxiques pour vos reins à fortes doses et sur une longue durée. Il faut également éviter de consommer des produits dont la composition est mal connue (comme certaines herbes chinoises).

La FNAIR

La FNAIR réunit 24 associations régionales et 11 000 adhérents et proches autour du combat contre les maladies rénales. Par son implantation régionale et nationale, elle s'engage chaque jour auprès des personnes pour :

- **améliorer et développer la prévention** de la maladie rénale chronique et sa connaissance épidémiologique à tous les stades,
- **améliorer l'accompagnement thérapeutique** des personnes à risque et des personnes concernées par l'insuffisance rénale, impliquant la mise en place d'un dispositif structuré et homogène d'orientation, d'information et de suivi des personnes sur le territoire national,
- **renforcer le rôle de porte-parole** des personnes insuffisantes rénales et leurs proches,
- **obtenir que la greffe devienne le traitement de première** intention pour les personnes dont l'annonce du diagnostic d'insuffisance rénale en stade terminal a été posée.

Partant du constat d'une prévention des maladies rénales en France peu développée malgré les avantages évidents de multiplier les diagnostics précoces, de proposer des traitements permettant de retarder l'évolution des maladies, voire d'éviter pour certaines personnes les traitements lourds, la FNAIR organise ainsi chaque année la Semaine Nationale du Rein en mars et les Journées Régionales du Rein en octobre.

**Plus d'informations sur : www.semainedurein.fr
Contact : Romain Bonfillon : romain.bonfillon@fnair.asso.fr / Tél : 06 24 09 23 07**