

## 10<sup>ème</sup> Semaine Nationale du Rein

# Une édition spéciale à plusieurs titres

**V**oilà déjà 10 ans qu'a été créée la Semaine Nationale du Rein !

Cette date anniversaire est l'occasion de mesurer tout le chemin parcouru. D'année en année, les partenariats - que tout le réseau FNAIR a su tisser au travers de ses associations régionales - se sont multipliés. Grâce aux efforts de tous, notre vaste campagne d'information et de dépistage a monté en puissance. Cette année, le fait que certaines ARS – Agences régionales de santé – aient directement appelé les hôpitaux de leur secteur pour les inviter à prendre part à cette Semaine nationale du Rein, nous a beaucoup aidés. Ainsi, en région Ile-de-France comme l'an passé en région Poitou-Charentes, ce ne sont pas moins d'une cinquantaine de lieux de dépistage et d'information qui seront ouverts au public. Un sacré défi pour nos équipes de bénévoles qui se retrouvent désormais face à une opération qui les dépasse un peu... Aussi, il serait grand temps que les pouvoirs publics prennent leur responsabilité, soit en aidant véritablement les associations de patients (qui font leur travail de sensibilisation du grand public), soit en se mettant au travail, en organisant et finançant des campagnes de prévention des maladies rénales d'envergure sur l'ensemble du territoire.

Ajoutons que la FNAIR est cette année partenaire d'une opération originale et d'envergure organisée par le Club des Jeunes néphrologues, la SNCF et la Fondation du Rein : l'opération T'Rein. Le 12 mars prochain, un TGV reliant Paris à Marseille permettra de faire du dépistage et de sensibiliser le grand public aux maladies rénales. A l'arrivée du train, la FNAIR PACAC organise un symposium ouvert à tous, à la Faculté Saint-Charles.

Partout, l'objectif essentiel demeure que le plus grand nombre possible de personnes puissent se faire dépister et être sensibilisées au fléau que représentent les maladies rénales. En effet, chaque année, ce sont 10 000 personnes de plus qui apprennent qu'elles souffrent d'une insuffisance rénale chronique terminale. Plus grave, pour plus d'un tiers d'entre elles, le diagnostic est posé au dernier moment : ces personnes doivent alors dialyser en urgence. Pourtant, grâce à une prise en charge précoce, ce traitement de suppléance (dialyse ou greffe) aurait pu être retardé, voire évité.



thème, qui sonne comme un slogan :

**"Prendre soin de ses reins : c'est vital pour tous !"**

Pour tous car prendre soin de ses reins, c'est pour le public le plus large observer quelques règles d'hygiène de vie simples. Outre les facteurs de risque, désormais bien connus, comme le tabagisme

ou l'absence d'activité physique, s'ajoutent d'autres éléments de vigilance qu'il importe de rappeler :

- boire au minimum 1 litre d'eau par jour pour faciliter le travail des reins

- manger de manière équilibrée en limitant les graisses animales et en ne suçant et salant pas trop: manger gras et sucré 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 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).

L'engagement de notre réseau FNAIR n'est plus à démontrer lors de ce 10<sup>e</sup> anniversaire et le but de notre campagne nationale est bien de sensibiliser le grand public et de prendre part à la politique de santé public, c'est un but de notre projet associatif . Depuis notre première Semaine nationale du Rein, les choses ont fort heureusement évoluées : la connaissance par le grand public des maladies rénales s'est améliorée, les associations de patients sont désormais considérées comme des partenaires de travail des pouvoirs publics et des hautes instances de santé, la greffe à partir de donneur vivant s'est considérablement développée. Mais il nous reste encore de nombreux combats à mener : l'égalité de traitement, l'accès à certains médicaments novateurs (cf. notre plaidoyer sur le belatacept), une meilleure information et orientation des patients sur les différentes modalités de traitement, notamment la greffe, etc. Il existe encore une multitude de raisons de se mobiliser, comme autant de raisons d'exister pour notre association, la FNAIR.

La 10<sup>ème</sup>  
semaine  
nationale  
du rein

### Un thème fédérateur

Les maladies rénales peuvent toucher tout le monde, pour des raisons fort diverses, et il importait que le thème de cette année fédère aussi le plus large public possible, autour de l'idée que la prévention est l'affaire de tous. D'où ce

Du 21 au 28 mars 2015

**Roger Charlier,  
Président de la FNAIR**