

L

ivret d'accueil et d'informations destiné aux patients en hémodialyse.

A. POIRAUD, C. HUREAU, S. LE BOSSE, E. JAN - *Infirmières - Hémodialyse - C.H. LE MANS.*

N.D.L.R. :

"Vous et votre traitement par hémodialyse".

Ce livret de 20 pages claires et illustrées, présenté en atelier "Accueillir et Informer pour mieux soigner", résume en 6 principaux chapitres, le minimum essentiel que tout dialysé devrait savoir. Exemple de quelques pages tirées de ce livret :

- Vous et vos reins (p. 2 et 3).
- Qu'est-ce que l'Hémodialyse? (p. 4 et 5).
- Déroulement d'une séance d'HD (p. 6-7, 8-9).
- Mise en garde (fistule - p. 10 et 11).
- Votre alimentation:
 - quelques précautions alimentaires
 - les repas (composition des menus)
- Vivre avec votre dialyse (p. 19).

N.D.L.R. :

Dans le cadre "Accueillir et Informer pour mieux soigner", nous signalons également le remarquable "Guide pratique du dialysé" réalisé par un laboratoire et une équipe multidisciplinaire, en collaboration avec la FNAIR.

I) VOUS ET VOS REINS

Voyons d'abord les fonctions du rein sain.
Ces fonctions s'effectuent 24 h/24 h.

Comme tout organe, les reins sont en permanence irrigués par le sang. A l'intérieur des reins, le sang chargé des éléments de dégradation de l'alimentation est filtré. Cette **filtration** permet à l'organisme de garder les éléments nutritifs dont il a besoin et d'éliminer les déchets tels que : **urée, créatinine et l'excès de potassium, phosphore, calcium, sodium et d'eau qui constituent l'urine.**

- Les reins contrôlent la tension artérielle.
- Les reins sécrètent une hormone : l'érythropoïétine, cette hormone stimule la moëlle osseuse qui fabrique les globules rouges et permet ainsi d'éviter l'anémie.
- Les reins conservent aussi la bonne constitution des os en maintenant l'équilibre du taux de calcium et phosphore dans le sang.
- Les reins synthétisent la vitamine D permettant la fixation du calcium sur les os.

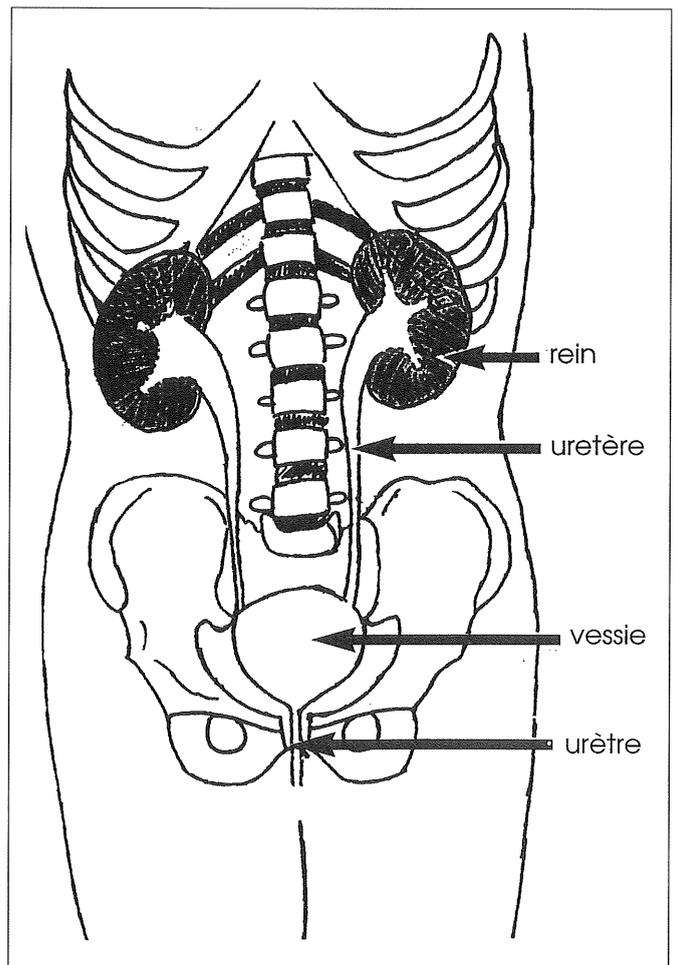
En cas de défaillance des reins, tout cet équilibre est rompu. L'accumulation des déchets dans l'organisme est toxique, d'où votre fatigue et votre manque d'appétit.

Votre poids augmente : l'eau et le sel sont éliminés de façon incomplète, d'où : **essoufflement, jambes gonflées (œdèmes) et risque d'hypertension artérielle.** A ce stade de votre maladie la quantité de vos urines des 24 h (diurèse) peut être suffisante pour éliminer l'excès de potassium. Le potassium joue un rôle régulateur sur le rythme cardiaque.

La fabrication de l'érythropoïétine étant plus faible, une anémie s'installe d'où votre pâleur et votre fatigue.

Un déséquilibre du taux de phosphore-calcium se produit : le calcium baisse par manque de vitamine D; le phosphore étant mal éliminé par vos reins, augmente. Ce déséquilibre peut entraîner des lésions et douleurs osseuses.

UN TRAITEMENT PAR HÉMODIALYSE S'IMPOSE DONC.



II) QU'EST-CE QUE L'HEMODIALYSE

A) C'est une méthode qui va pallier à l'insuffisance de vos reins et assurer l'épuration de votre sang.

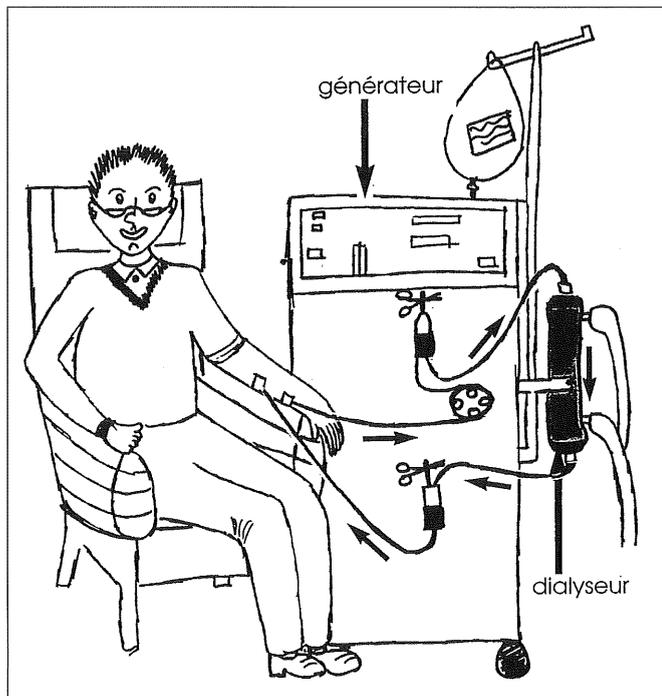
L'hémodialyse est réalisée à l'aide d'une machine appelée **générateur** - qui fabrique le liquide de dialyse ou **dialysat** et d'un filtre appelé **dialyseur** ou rein artificiel.

La composition du dialysat est voisine de celle du sang, mais bien sûr, ne contient pas les éléments dont on veut le débarrasser.

Le dialyseur est constitué de deux compartiments, celui du sang et celui du dialysat.

Le compartiment sanguin est composé de milliers de fibres creuses et poreuses, aussi fines que des cheveux. Le sang y circule à l'intérieur de haut en bas. Ces fibres sont enfermées dans un cylindre de plastique dans lequel circule le dialysat (compartiment dialysat).

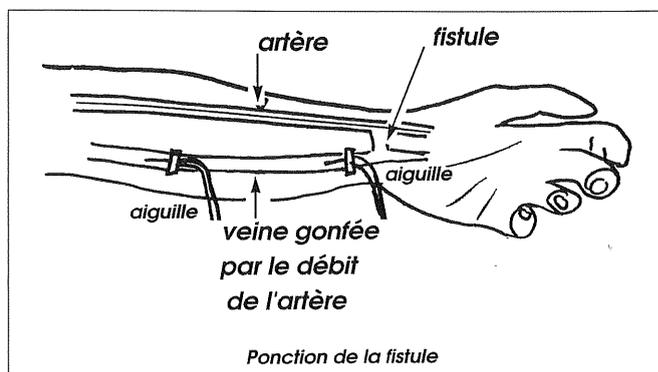
L'échange se fait entre les deux compartiments à travers les fibres : l'urée, le potassium, la créatinine, le phosphore en excès dans votre sang sont éliminés dans le dialysat. Ce dernier circule en permanence au contact des fibres du dialyseur. Le dialysat chargé de vos "déchets" et de l'eau en excès est rejeté à l'égoût. En contre-partie le dialysat apporte au sang les éléments qui lui manquent (par exemple le calcium).



B) Pour réaliser ces séances il est nécessaire d'avoir un accès facile et répété à un gros vaisseau sanguin : la fistule.

Elle sera créée chirurgicalement, sous anesthésie locale ou générale, en reliant une artère à une veine de votre bras; votre veine se développera et sera ainsi plus facile à piquer.

Le choix du bras sera fonction, d'une part de votre état veineux et d'autre part du fait que vous soyez gaucher ou droitier.



III) DEROULEMENT D'UNE SEANCE D'HEMODIALYSE

A) En général, les séances se font au rythme de trois fois quatre heures par semaine à intervalles réguliers et fixes.

Le médecin vous aura établi un poids sec, c'est-à-dire votre poids réel sans excédent d'eau; plusieurs critères aident à fixer ce poids :

- cœur de taille normale à la radio pulmonaire
- auscultation pulmonaire libre
- tension artérielle normale (une tension artérielle trop élevée signe bien souvent un surpoids)
- pas d'œdème aux jambes et chevilles
- pas d'essoufflement
- pas de crampe en fin de dialyse ou entre deux séances de dialyse (les crampes étant souvent le signe d'un souspoids).

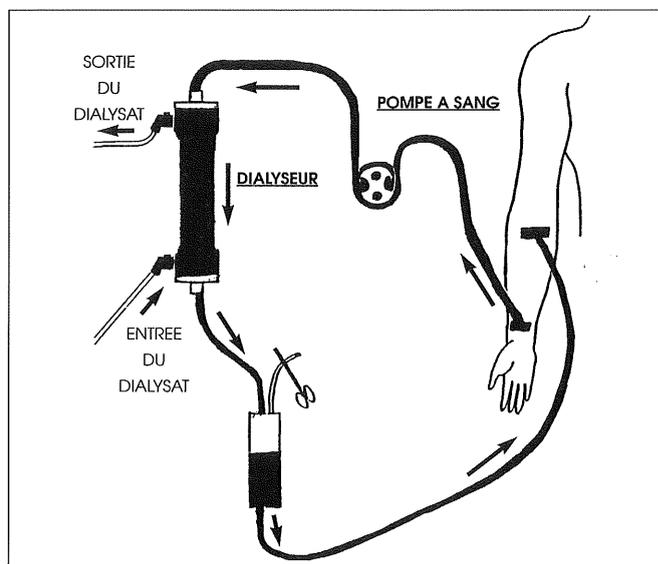
C'EST A CE POIDS SEC QUE VOUS DEVREZ ETRE APRES CHAQUE DIALYSE.

Toutefois ce poids pourra être modifié selon votre état de santé. La prise de poids entre deux séances de dialyse correspond à la quantité d'eau, provenant de votre alimentation et de vos boissons, accumulée dans l'organisme.

A votre arrivée dans la salle de dialyse, vous serez pesé et tensionné; installé confortablement dans votre lit, l'infirmière désinfectera votre bras et mettra deux aiguilles dans votre fistule.

Une aiguille dite "artérielle" reliée à une tubulure emmènera votre sang, à l'aide d'une pompe, dans le dialyseur. De ce dialyseur une autre tubulure transporte votre sang épuré vers l'aiguille dite "veineuse".

Au fur et à mesure des ponctions, la zone piquée devient de moins en moins douloureuse.



B) Au cours de la séance, votre tension artérielle sera prise régulièrement et de nombreux relevés au niveau du générateur seront effectués.

En général, avec une prise de poids modérée, les séances se déroulent bien; cependant, des petits malaises, tels que : vertiges, maux de tête, sensation de chaleur, peuvent survenir; ils annoncent le plus souvent une chute de tension artérielle; signalez-le toujours à l'infirmière qui fera le nécessaire. Elles sont en permanence dans la salle.

Pendant ces quatre heures, il vous est possible, par exemple de regarder la télévision, d'apporter de la lecture, faire des mots-croisés...Un goûter ou un repas, selon votre heure de dialyse, vous sera servi.

La séance terminée, l'infirmière vous restituera votre sang, retirera les aiguilles et comprimera, environ dix minutes, vos points de ponction, pour assurer une coagulation efficace.

Les pansements qui protègent les points de ponction seront retirés le lendemain lors de la toilette. Pour entretenir une bonne hygiène, le bras de la fistule sera lavé à l'eau et au savon; inutile d'employer de l'alcool ou autre antiseptique qui risque de léser la peau.

IV) MISE EN GARDE

A) En cas de saignement au niveau de la fistule, compressez avec votre main. Si ce saignement se prolonge, faites venir le centre de dialyse.

VOTRE FISTULE EST PRÉCIEUSE, PROTÉGEZ-LA !

- Mettez des manches longues lorsque vous bricolez ou jardinez.
- Ne portez pas d'objet ou de vêtements qui la comprime.
- Évitez de dormir sur le bras de la fistule.
- N'autorisez ni prise de sang, ni prise de tension artérielle de ce côté.
- Protégez-la des rayons du soleil.

Pour surveiller le bon fonctionnement de votre fistule posez les doigts dessus, vous percevrez alors un frémissement, et en approchant le bras de votre oreille, vous entendrez son souffle.

B) Des complications concernant la fistule peuvent survenir.

- *La thrombose* : c'est l'obstruction totale ou partielle de la fistule par un caillot; cela se traduit par une absence de souffle, accompagnée éventuellement de rougeur, chaleur ou douleur. Dans ce cas, un geste chirurgical est nécessaire pour retirer ce caillot; ce geste est appelé fongatisation et rétablit le bon fonctionnement de la fistule.

- *L'infection* : malgré les précaution d'hygiène, une infection peut apparaître, elle se traduit par rougeur, chaleur, douleur, localisées au niveau de la fistule et de la fièvre.

- *L'hématome*.

**SI CELA SE PRODUIT CHEZ VOUS
FAITES PREVENIR LE CENTRE**

V) VIVRE AVEC VOTRE DIALYSE

Il faut savoir qu'en fonction de certains critères médicaux, ce traitement peut n'être qu'une étape. En effet, le médecin peut être amené à vous proposer une greffe rénale. Quoiqu'il en soit, après quelques temps de dialyse, vous retrouverez votre appétit, vos forces et vos activités.

La dialyse ne doit pas modifier vos habitudes de vie; au contraire, vous ne devez pas renoncer au sport pas plus qu'aux loisirs : pêche, jardinage, bricolage, clubs.

Si vous avez une activité professionnelle ou scolaire, nous pourrions adapter les heures de dialyse à vos horaires de travail, ainsi qu'aux heures de classe pour les enfants.

Il est important de mener une vie raisonnablement active. Les horaires de dialyse peuvent être modifiés selon les événements familiaux (mariage, baptême etc...). Les vacances en France et à l'étranger sont toujours possibles en prévenant à l'avance le centre d'hémodialyse le plus proche de votre lieu de séjour.