

Un livret d'accueil en Dialyse péritonéale

Mmes LAMY et WASCAT - Polyclinique du Bois - LILLE

INTRODUCTION

La plupart des patients viennent consulter leur néphrologue pour les divers symptômes qui les concernent. Ceux-ci deviendront dans la majorité des cas de futurs insuffisants rénaux chroniques.

Au stade que j'appellerai "ultime", le néphrologue et son patient doivent décider d'une méthode de traitement : hémodialyse ou dialyse péritonéale.

Terme bien barbare pour un grand nombre de patients déjà accablés par la maladie.

Après un exposé des deux méthodes de traitement et le choix de la dialyse péritonéale, le patient se retrouve dans le circuit de la dialyse péritonéale avec toute sa complexité et son abord un peu effrayant : "Tuyau dans le ventre ?", machine dans le cas de la DPCC, hospitalisation, formation, diététique, peur de l'inconnu.

L'infirmière a donc un rôle très important pour rassurer son patient et le guider dans son éducation.

Il fallait donc aider ces patients à avoir des réponses écrites et des informations sur la dialyse péritonéale. L'idée d'un livret d'accueil nous a paru indispensable.

La construction de ce livret nous a pris beaucoup de temps mais nous avons pu constater qu'il était un soutien réel pour le patient.

Notre éducation se fait en 4 temps :

- 1) prise en charge par la surveillante du 3^{ème} étage (service polyvalent) du patient. Explication théorique de la DP, mise en confiance.
- 2) explication pratique + règles d'hygiène.

3) Prise en charge de l'éducation par toutes les I.D.E. du service.

4) Le livret n'est donné que lorsque le patient a assimilé la technique dans sa globalité.

Par expérience, nous ne le donnons pas au début de l'éducation ; l'information est alors à la fois trop complexe, trop riche. Le patient se sentirait envahi par la technique. Le moment le plus adéquat nous semble être le milieu d'éducation car il nous permet de revoir les points d'ombre et les questions restées sans réponse. De plus la diététicienne peut ainsi intervenir et être plus efficace car les premières notions de diététique ont été assimilées.

Le patient, lors du retour au domicile, possède donc un document relais entre le domicile et la clinique. Ne nous faisons pas d'illusions, ce n'est pas un livre de chevet ; bien souvent il va aller rejoindre les documents médicaux dans un tiroir, mais en cas de problème, il reste un document référent, sécurisant, apprécié par les patients. Il peut être aussi un relais pour l'I.D.E. à domicile, elle y trouvera les numéros de téléphone nécessaires en cas de problème.

CONCLUSION

Après cette première expérience très positive pour le patient, nous envisageons de faire une grille d'évaluation, ainsi que de créer, pour chaque patient, un classeur de suivi médical et infirmier.

Merci de nous avoir écouté, avez-vous aussi une expérience de livret d'accueil et à quel moment le donnez vous ?

Ce guide a été réalisé par votre équipe de soins (infirmières, diététicienne...) pour vous aider à comprendre la méthode et à suivre une alimentation adaptée à votre affection et à la méthode de traitement.

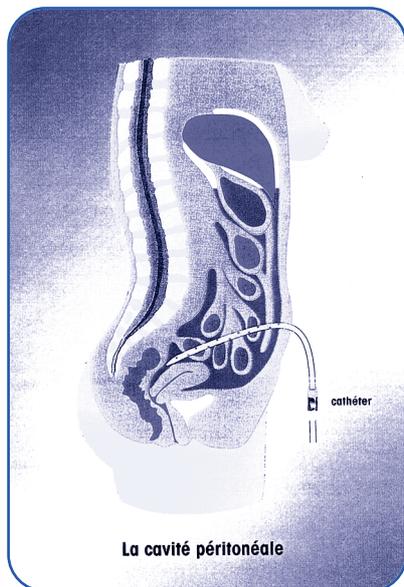
INTRODUCTION

Votre médecin vient de vous annoncer que vos reins ne fonctionnent plus suffisamment pour épurer votre sang et que vous devez avoir recours à une méthode de traitement qu'on appelle la dialyse :

- soit l'hémodialyse ou rein artificiel
- soit la dialyse péritonéale

Il vous a bien sûr expliqué les différentes méthodes, l'équipe infirmière va également vous informer sur votre nouveau traitement, mais il est toujours utile d'avoir un guide écrit pour vous et vos proches.

Ce guide n'est pas fait pour vous imposer des contraintes mais pour vous **expliquer**, vous **informer** de la méthode que vous allez utiliser pour remplacer la fonction de vos reins défaillants.



POURQUOI ETES-VOUS DIALYSÉ ?

A l'état normal, vos reins ressemblent à deux machines d'épuration. Vos urines sont donc chargées de déchets.

Dans l'insuffisance rénale, vos reins n'épurent plus votre sang pour une raison que votre néphrologue vous expliquera. Les déchets restent dans le sang et l'empoisonnent.

Ensemble, votre médecin et vous, avez choisi la méthode dite de "dialyse péritonéale".

QU'EST-CE- QUE LA DIALYSE PÉRITONÉALE ?

C'est une méthode d'épuration du sang qui consiste à utiliser le péritoine (membrane qui entoure les organes : intestin, foie, rate...) comme membrane d'échange.

On introduit dans l'abdomen un tuyau ou cathéter, fixé à la paroi en permanence, qui sort de la peau et permettra la mise en route et la réalisation de l'épuration.

Le principe consiste à brancher sur le cathéter des poches de liquide contenant diverses substances appelé dialysat.

On entre le dialysat dans le péritoine par le cathéter, on le laisse un certain temps afin qu'il se charge des impuretés, puis on l'évacue.

Bien sûr, il existe différentes techniques, à vous de choisir selon vos possibilités et vos activités journalières.



LES DIFFÉRENTES MÉTHODES

Vous vous faites dialyser chez vous

Il existe plusieurs solutions :

- 1 - Actuellement la plus performante est la dialyse péritonéale automatisée (DPA) : vous êtes branché le soir sur la machine et débranché le matin (toute l'éducation se fait à la clinique, en partie par le médecin mais surtout sur les conseils de vos infirmières).
- 2 - La dialyse péritonéale continue ambulatoire (DPCA) consiste à introduire dans l'abdomen un dialysat toutes les quatre heures, trois à quatre fois par jour selon prescription médicale.

Sur les deux méthodes, vous pouvez vous dialyser vous-même, avec l'aide d'un membre de votre famille, ou encore une infirmière.

COMMENT DEVEZ-VOUS VOUS SURVEILLER

1 - Votre état général

Le régime : durant votre séjour à la clinique, la diététicienne vous conseillera une alimentation adaptée à la dialyse péritonéale et vous remettra un document.

Surveiller votre poids : à votre sortie, votre médecin vous marquera votre poids idéal : le poids de base. Pesez-vous régulièrement dans les mêmes conditions (heure et tenue) en tenant compte du liquide que vous gardez dans le péritoine la journée. Il est souhaitable de vous peser ventre vide tous les matins.

ATTENTION : ne buvez pas trop dans la journée pour ne pas prendre de poids. Votre quantité de boissons doit être proportionnelle à votre diurèse.

Surveiller votre tension artérielle : vous pouvez apprendre à la contrôler vous-même sinon l'infirmière ou le médecin le feront.

ATTENTION : limitez votre consommation de sel et de produits salés et votre tension restera stable.

Quant faut-il appeler votre médecin traitant ?

- Si vous prenez trop de poids
- Si vous avez des œdèmes au niveau des jambes
- Si vous êtes essoufflé
- Si votre tension artérielle augmente trop

2 - Surveillance locale

- Le liquide de dialyse : si le liquide devient rosé ou trouble, garder la poche et téléphoner à la clinique. Il peut arriver que des filaments blancs apparaissent dans la poche (fibrine) ; ce n'est pas grave mais si cela persistait, prévenez votre médecin.
- Votre abdomen : s'il devient douloureux, que l'orifice de votre cathéter soit rouge ou purulent, si vous présentez de la fièvre ou des diarrhées, prévenez votre médecin. En faisant votre pansement trois fois par semaine, vous préviendrez tout risque d'infection.

3 - Quelques rappels pour effectuer votre traitement

Voir les documents mis dans le livret, qui sont personnalisés en fonction de la méthode que vous avez choisi.

SOINS D'ÉMERGENCE DU CATHÉTER

1) Règles générales

Pour éviter tout problème d'infection :

- Le pansement doit être refait trois fois par semaine ou chaque fois que l'émergence est humide ou souillée
- Il faut respecter une hygiène rigoureuse
- Changer de linge de corps tous les jours
- Eviter les tractions sur le cathéter
- Surveiller lors du pansement l'émergence et le tunnel. Il ne faut pas qu'il y ait de rougeur sur la peau, douleur, chaleur, suintement.

Si il y a une croûte il faut l'éliminer. Une excellente hygiène et la surveillance du cathéter préviennent l'infection, et prolongent donc sa durée de vie.

2) Soins d'urgence

Rassembler le nécessaire à pansement. (set, bétadine, alcool ...)

Se laver les mains pendant trois minutes

Enlever le pansement

Faire un champ avec la bétadine autour du cathéter (environ 20 cm sur 10 cm)

Enlever les croûtes au niveau de l'émergence du cathéter à l'aide des cotons-tiges

Sécher la peau à l'aide d'une compresse

Refermer le pansement

QUE FAIRE EN CAS DE PROBLÈME ? Quelle que soit la méthode DPA ou DPCA

1 - Problème concernant votre état général

Contactez votre médecin traitant qui se mettra en rapport avec votre néphrologue. Si votre médecin n'est pas joignable, appelez le secrétariat du néphrologue.

2 - Problème au niveau local

Contactez soit le secrétariat du néphrologue soit la polyclinique du Bois :

- Le service de dialyse (Mme Lamy - infirmière)
- Le 3^{ème} étage (Mme Wascat - surveillante)

3 - Problème au niveau de la machine

Elle peut tomber en panne (Méthode "DPA")

Ne paniquez pas, vérifiez bien le montage et si la panne dure, débranchez-vous après avoir effectué un dernier drainage et appelez la polyclinique du Bois.

GUIDE DIÉTÉTIQUE ET ALIMENTAIRE EN DIALYSE PÉRITONÉALE

Vous êtes dialysé, il est primordial d'adopter de nouvelles habitudes alimentaires pour une meilleure hygiène de vie.

Votre alimentation doit être adaptée et variée pour permettre de couvrir tous les besoins de l'organisme.

La méthode de dialyse choisie vous permet de consommer plus de protéines.

QUE NOUS APPORTENT LES ALIMENTS ?

Le lait et les produits laitiers :

- des protéines animales,
- du calcium,
- du phosphore,
- des vitamines A et B.



Les viandes, poissons et œufs :

- des protéines animales,
- du fer,
- du phosphore.



Les légumes et fruits :

- des glucides,
- des fibres,
- de la vitamine C,
- du potassium.



Les féculents :

- des glucides d'absorption lente,
- des protéines végétales,
- du fer,
- des vitamines du groupe B.



Les matières grasses :

- des lipides.



Le sucre et les produits sucrés :

- des glucides d'absorption rapide.

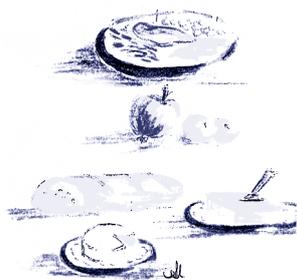


L'ALIMENTATION ÉQUILBRÉE

Vous devez consommer chaque jour :

- de la viande, du poisson ou des œufs à chaque repas,
- un plat de légumes cuits,
- un plat de légumes crus ou bien un fruit cru à chaque repas,
- un plat de féculents,
- du pain,
- un produit laitier à chaque repas,
- des matières grasses : beurre, huile, margarine.

Une alimentation équilibrée permet de couvrir les besoins de l'organisme en vitamines et en minéraux.



RECOMMANDATIONS PARTICULIÈRES A LA DIALYSE PÉRITONÉALE

L'eau et le sel :

Une consommation excessive de sel provoque une rétention d'eau et de sel, ce qui entraîne une augmentation de votre tension artérielle et une prise de poids très importante.

La restriction en sel est nécessaire en dialyse péritonéale.

La restriction en liquide :

Vous devez limiter la consommation d'eau, de café, de lait, de vin, de potage...



La restriction en sel :

Vous devez éviter l'ajout de sel lors de la cuisson des aliments et à table, et limiter la consommation d'aliments riches en sel ou en sodium. Sachez que : 1 g de sel équivaut à 400 mg de sodium (Na).

⇒ Les aliments riches en sel : charcuterie, fromage, poissons et viandes séchés ou fumés, coquillages et crustacés, bouillon (type KUB), sauce du commerce, conserve de viande, de poisson et de légumes, biscuits apéritif (chips, cacahuètes...), condiments (cornichon, moutarde...), potages en sachets, UHT (en brique), potage en bouteille, biscuits, pâtisserie du commerce, beurre salé et demi sel, levure chimique, biscottes et pain salés.

⇒ Les boissons riches en sel : Vichy St Yorre, Vichy Célestin, Badoit, Eau de Vals, Jus de légumes du commerce...



LE POTASSIUM L'hyperkalémie

(Taux de potassium élevé dans le sang au-dessus de 5,5 mmol/litre) :

Elle entraîne des troubles musculaires et donc du muscle cardiaque pouvant entraîner l'arrêt cardiaque.

Certains aliments sont une source importante de potassium :

Les aliments à ne pas consommer :

Sel de régime, fruits oléagineux (noix, amandes, avocats, olives, ...), fruits secs (pruneaux, raisins, dates...), fruits confits, cacao sous toutes ses formes (chocolat,...), nougats, marrons, châtaignes, soja, banane...

Les aliments à contrôler :

Légumes secs, épinards, champignons, fonds d'artichauts, fenouil, bettes, radis noir, pommes de terre, légumes et fruits en général, les céréales complètes...

Pour diminuer la teneur en Potassium :

des légumes frais et surgelés, des pommes de terre, des légumes secs :

- les faire tremper, épluchés et couper en petits morceaux au moins trois heures à l'avance.
- les cuire dans beaucoup d'eau et changer l'eau à mi-cuisson.

NE PAS CONSOMMER L'EAU DE CUISSON (potage, bouillon...)

Les cuissons à la vapeur, au four, en papillote, en friture, à l'étouffée, aux micro-ondes sont strictement déconseillées.

LE PHOSPHORE

Les sources de phosphore sont les fromages (fermentés et à pâtes dures), le lait, la viande, les abats, les œufs, le poisson, les coquillages et crustacés, le cacao, les légumes et fruits secs.

En cas d'hyperphosphorémie (augmentation du taux sanguin de phosphore), vous pouvez limiter votre consommation de certains de ces aliments mais attention à ne pas trop diminuer les rations de viande, poisson, blancs d'œufs, indispensables à un bon état nutritionnel.

Un apport en calcium diminue l'absorption intestinale du phosphore donc consommer un aliment riche en calcium au repas tels que les laitages.

LE CALCIUM

Le calcium est le principal constituant de l'os, l'hypocalcémie (diminution du taux sanguin de calcium) entraîne sa déminéralisation.

Pour y remédier, consommons : un produit laitier par repas, fromage à pâte molle ou laitage (yaourt, fromage blanc, petits suisses).

Et voilà

Vous avez pris connaissance des mesures alimentaires qui vous sont conseillées en dialyse péritonéale. Il y a des limitations en

- sel
- potassium
- phosphore
- eau et boissons

Tout cela, vous en avez discuté avec votre équipe de soins.

Retournez à la première page du guide diététique. Relevez des exemples correspondants :

- au potassium
- au sel
- au phosphore
- aux apports en liquide

Nous en reparlerons lors de notre prochaine rencontre.

Merci



UNE SEMAINE DE MENUS

	DÉJEUNER	DÎNER
Lundi	Betteraves rouges, vinaigrette Steak Spaghetti Yaourt nature kiwi	Escalope de dinde Haricots verts à l'ail Petits suisses
Mardi	Tomate vinaigrette Bœuf bourguignon Carottes Flan caramel	Filet de poisson meunière Riz parfumé Camembert Pomme
Mercredi	Concombres à la crème Rôti de porc Choux de Bruxelles Gouda Biscuits	Steak haché Purée Poire
Jeudi	Carottes râpées au citron Escalope de veau Coquillettes au basilic Petits suisses	Endives et jambon en béchamel Fraises
Vendredi	Céleri râpé vinaigrette Filet de saumon Pommes de terre persillées Bonbel Orange	Poulet froid Taboulé Fromage blanc
Samedi	Salade mêlée Côtes d'agneau Riz pilaf Crème de gruyère Pommes au four	Omelette à la ciboulette Chou fleur Yaourt aromatisé
Dimanche	Salade de tomate Rôti de bœuf Petits pois carottes Tarte maison	Gratin de pâtes Poire

Numéros de téléphone utiles

Votre médecin traitant :

.....

Votre infirmière à domicile

.....

Cabinet du Dr Duchatelle :

.....

Polyclinique du Bois,
service de dialyse,
Mme Lamy, infirmière :

.....

Polyclinique du Bois,
service de néphrologie (3^{ème} étage),
Mme Wascat, surveillante :

.....

BAXTER (Paris) :

UNIQUEMENT pour les problèmes
liés directement à la machine si vous
êtes sous "home choice"

ADH :

.....

SANTHELYS :

.....

Polyclinique du Bois,
standard général :

.....

Diététicienne, Mlle Seignez :

.....