

Apportez-moi chez votre médecin

Guide de discussion et check-list pour les personnes atteintes d'un cancer du rein

Il est fort probable que vous connaissiez déjà l'importance de maintenir vos reins en bonne santé, non seulement pour votre santé physique et mentale, mais aussi parce qu'une mauvaise fonction rénale affecte votre qualité de vie et peut vous exclure de certains traitements et essais cliniques. Mais beaucoup d'entre nous, vivant avec un cancer du rein, ne connaissent pas la meilleure façon de prendre soin de leurs reins. C'est pourquoi, à l'occasion de la Journée mondiale du cancer du rein 2025, nous avons créé cette check-list simple que vous pouvez imprimer et discuter avec votre médecin.

Puis-je faire un bilan de santé des reins ?

Il existe trois tests médicaux simples que votre médecin peut effectuer :



1. Mesurer la tension artérielle

Une fonction rénale insuffisante augmente la tension artérielle ; une tension artérielle élevée exerce une pression sur les reins. Votre médecin peut vous donner des médicaments pour contrôler votre tension artérielle.



2. Effectuer une analyse d'urine

Une trop grande quantité de protéines dans les urines (protéinurie) peut être le signe d'une fonction rénale insuffisante. Votre médecin peut également déterminer le rapport albumine sur créatinine dans l'urine (RAC).



3. Réaliser un test sanguin

Votre médecin peut vérifier la créatinine et le débit de filtration glomérulaire (DFG), deux signes de l'efficacité avec laquelle vos reins filtrent votre sang.

Diabète ?

Assurez-vous que votre médecin connaît votre diabète et s'il s'agit d'un diabète de type 1 ou de type 2. Si vous utilisez de l'insuline, veillez à surveiller régulièrement votre glycémie et votre taux d'hémoglobine glyquée (HbA1c). Demandez à votre médecin si vous pourriez bénéficier d'un système de mesure du glucose en continu (MGC).

Autres médicaments ou compléments alimentaires ?

Dites à votre médecin tout ce que vous prenez, même les médicaments courants comme l'aspirine et l'ibuprofène. De nombreux compléments à base de plantes sont également nocifs pour les reins. Il est recommandé d'emporter les emballages avec vous (ou des photos), afin de ne rien oublier.

Immunodéprimé ?

N'oubliez pas d'informer votre médecin si votre système immunitaire ne fonctionne pas aussi bien qu'il le devrait. Un système immunitaire affaibli rend plus difficile pour votre organisme de lutter contre les maladies.

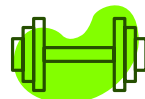
Que puis-je faire d'autre pour préserver la santé de mes reins ?

Certains changements de mode de vie peuvent faire une grande différence en faveur de la santé des reins. Voici quatre d'entre eux. Discutez avec votre médecin pour savoir lesquels sont les plus importants pour vous.



Arrêtez de fumer

Le tabagisme est nocif pour les reins, il peut accroître les effets secondaires et diminuer l'efficacité des traitements anticancéreux. C'est également un facteur de risque majeur pour de nombreux cancers, l'hypertension artérielle et les maladies cardiaques.



Soyez actif, mais évitez les sports de contact

L'activité physique est bénéfique pour la santé physique et mentale. Mais les sports de contact - comme le football ou la plupart des arts martiaux - peuvent mettre vos reins en danger.



Maintenez un poids stable

Cela réduit le risque de cancer et de maladie cardiaque. Si vous avez besoin de perdre du poids - ou d'en prendre, comme c'est souvent le cas des personnes atteintes d'un cancer du rein - votre médecin peut vous aider.



Buvez suffisamment d'eau et pas d'alcool

Il est important de rester hydraté. Buvez suffisamment d'eau pour satisfaire votre soif. En cas de soif, buvez de l'eau. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande de ne pas boire d'alcool.



**Faites preuve d'amour
pour vos reins**



Pour en savoir plus sur la façon de maintenir vos reins en bonne santé, consultez le site worldkidneycancerday.org/
Pour plus d'informations sur le cancer du rein, visitez le site Web de la Coalition internationale contre le cancer du rein (IKCC) à l'adresse : ikcc.org

Nos sponsors

La Journée mondiale du cancer du rein ne serait pas possible sans le généreux soutien de nos partenaires industriels. Au nom de la communauté mondiale du cancer du rein, nous vous remercions.

Sponsor Argent



Sponsors Bronze

