

# La Santé Rénale Pour Tous

Promouvoir  
un accès  
équitable aux  
soins et une utilisation  
optimale des médicaments



#worldkidneyday  
#kidneyhealthforall  
[www.worldkidneyday.org](http://www.worldkidneyday.org)

World Kidney Day is a joint initiative of  
ISN **ORF-WKA**  
© World Kidney Day 2009 - 2024

## Journée Mondiale du Rein 14 mars 2024

La maladie rénale chronique (ou insuffisance rénale chronique) touche jusqu'à 10% des adultes. Il s'agit d'une maladie silencieuse, souvent diagnostiquée tardivement, qui peut évoluer vers une insuffisance rénale terminale nécessitant alors une transplantation rénale ou un traitement de dialyse. A Genève, 220 patients reçoivent un traitement de dialyse et chaque année environ 45 patients reçoivent une transplantation rénale.

Deux tiers des cas d'insuffisance rénale chronique sont secondaires au diabète ou à l'insuffisance rénale, fortement associée au surpoids et au manque d'activité physique. Lorsque la maladie rénale chronique est détectée tôt, son évolution peut être prévenue par le traitement de ces facteurs de risque rénaux. De plus, il existe aujourd'hui des nouveaux traitements efficaces pour ralentir sa progression.

L'objectif de la Journée Mondiale du Rein est de sensibiliser la population générale et les soignants à la maladie rénale chronique et à l'identification précoce de ses facteurs de risque.

Dans ce cadre, Quavitaë Rive Droite, centre de néphrologie et de dialyse, associé à l'Hôpital de la Tour, vous offrent un dépistage de votre risque de maladie rénale chronique par

1. une mesure de la pression artérielle,
2. une mesure de votre indice de masse corporelle (IMC ou BMI),
3. et le dépistage de la présence de protéines dans vos urines, un marqueur précoce de la maladie rénale chronique.

## Bougez et mangez sainement aussi pour vos reins !

### Pour en savoir plus

Site officiel de la Journée Mondiale du Rein - <https://www.worldkidneyday.org>

Fondation Suisse du Rein – <https://www.nierenstiftung.ch/new/fr/f>

Société Suisse de néphrologie - <https://www.swissnephrology.ch/patients/>

Magazine Pulsations, l'insuffisance rénale - <https://pulsations.hug.ch/article/linsuffisance-renale>



Nom : .....

Prénom : .....

## Indice de masse corporelle (IMC / BMI)

Poids : ..... kg

Taille : ..... cm

IMC : ..... kg/m<sup>2</sup>

*En cas d'IMC >25, perdez du poids en bougeant et mangeant mieux.*

*En cas d'IMC > 30, consultez votre médecin traitant.*

IMC (kg/m <sup>2</sup> )	Interprétation
< 16.5	dénutrition
16.5-18.5	maigreur
18.5-25	poids normal
25-30	surpoids
30-35	obésité modérée
> 35	obésité sévère

## Tension artérielle (TA)

Mesure #1 : ..... mmHg

Mesure #2 : ..... mmHg

Mesure #3 : ..... mmHg

*En cas de TA normale-haute, perdez du poids et bougez plus.*

*En cas d'hypertension artérielle, consultez votre médecin traitant.*

TA (mmHg)	Interprétation
< 130/85	normale
130-139 / 85-89	normale-haute
140-159 / 90-99	Hypertension de stade 1
> 160 / 100	Hypertension de stade 2

## Détection de protéines dans les urines (protéinurie)

### Bandelette urinaire

Protéines .....

*Un résultat positif (+ / ++ / +++) peut être anormal. Il doit en tous les cas être reconstrôlé chez votre médecin traitant.*

Protéinurie (bandelette urinaire)	Interprétation
0	normale
+	> 0.3/l
++	> 1g/l
+++	> 5g/l