



La dialyse péritonéale en pratique

Carnet destiné au patient

TABLE DES MATIÈRES

L'équipe qui vous accompagne	3
Bienvenue	4
Qu'est-ce que l'insuffisance rénale?	5
En quoi consiste la dialyse péritonéale?	6
Comment fonctionne la dialyse péritonéale?	6
Quelles techniques sont utilisées?	7
Quel espace réserver à mon matériel?	7
Comment le dialysat est-il introduit dans le péritoine?	8
Comment le cathéter est-il mis en place?	8
Y a-t-il des précautions particulières pour préserver le cathéter?	8
Quand débute la formation de dialyse?.....	9
Comment se passe le suivi?.....	9
Quels sont les avantages/ inconvénients de la dialyse péritonéale?	10
Quels sont les conseils pour adapter mon alimentation à la dialyse?.....	11
L'hydratation	12
La constipation.....	12
Le sel	13
Les protéines.....	13
Le potassium.....	14
Le phosphore.....	14
Activité physique	15
Combien cela va-t-il me coûter?	15
Puis je partir en vacances en étant dialysé?.....	15

L'ÉQUIPE QUI VOUS ACCOMPAGNE



L'ÉQUIPE INFIRMIÈRE :

Caroline, Delphine, Martine, Mélissa, Nicolas, Quentin et Sarah.

SERVICE DE DIALYSE PÉRITONÉALE

Téléphone (jours ouvrables de 8h à 16h): 04/323.73.18

Mail: infdp@chuliege.be

CHEF DE SERVICE: Pr. F. Jouret

NÉPHROLOGUES: Pr. C. Bovy & Dr F. Paquot

INFIRMIÈRE EN CHEF ET ADJOINTE: F. Franzen & N. Perin

ASSISTANTE SOCIALE: C. Trigallez

DIÉTÉTICIENNES: G. Makalou & M. Somja

PSYCHOLOGUE: C. Waxweiler

TECHNICIENS: M. Henrotin, P. Fanara, V. Vittone

BIENVENUE

Récemment, votre néphrologue vous a informé(e) de la nécessité de débiter un traitement de suppléance de votre fonction rénale devenue trop faible.

Suite à l'information pré-dialyse que vous avez reçue, vous avez choisi la technique de dialyse péritonéale, qui vous semble la plus appropriée à votre situation.

Nous vous remercions de faire confiance au CHU de Liège pour le traitement de votre maladie. Soyez assuré(e) que tout sera mis en œuvre pour vous offrir les meilleurs soins.

Nous avons créé ce carnet pour vous permettre d'acquérir plus aisément de nouvelles connaissances nécessaires au développement de votre autonomie. En complément des échanges avec les différents acteurs de l'équipe, il participe au processus d'apprentissage destiné à vous rendre acteur des décisions concernant votre vie. Il reprend les différents questionnements concernant votre maladie, son traitement et la manière de l'intégrer à votre quotidien.



QU'EST-CE QUE L'INSUFFISANCE RÉNALE ?

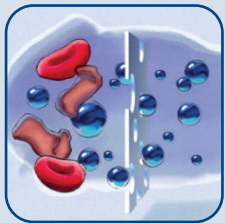
L'insuffisance rénale peut s'installer lorsque certaines maladies (diabète, hypertension, maladies génétiques, intoxication médicamenteuse...) dégradent progressivement et définitivement les filtres que constituent les néphrons (unités fonctionnelles du rein). On parle alors d'insuffisance rénale chronique ou de maladie rénale chronique. Elle peut toutefois rester longtemps stable et non symptomatique.

L'insuffisance rénale avancée est définie par une diminution permanente de la fonction du rein, quelle que soit sa gravité. Certains symptômes peuvent survenir, liés à l'impossibilité pour les reins d'assurer leurs fonctions :

- l'accumulation de déchets toxiques peut ainsi mener à une sensation de mal-être, des nausées/vomissements, des crampes, une perte d'appétit associée ou non à une perte de poids, des démangeaisons persistantes et des troubles du sommeil et/ou du rythme cardiaque se manifestant parfois par des douleurs à la poitrine,
- l'accumulation d'eau induit l'apparition d'œdèmes au niveau des jambes, des poumons ou de l'hypertension artérielle,
- la diminution de production d'érythropoïétine (EPO) entraîne une diminution de production des globules rouges, menant à une anémie (pâleur, fatigue intense et essoufflement lié au manque d'oxygène),
- la perte de mémoire, une diminution du désir sexuel, un mauvais goût dans la bouche, des jambes sans repos ainsi qu'une intolérance au froid peuvent également être des manifestations de l'insuffisance rénale sans pour autant y être spécifiquement liées.

La présence de ces symptômes associés peut être le signe que les reins ne fonctionnent plus suffisamment et que votre vie est potentiellement mise en danger. Le corps n'étant pas capable de vivre si les reins ne fonctionnent plus, il va avoir besoin d'un moyen de suppléance de la fonction rénale.

EN QUOI CONSISTE LA DIALYSE PÉRITONÉALE ?



La dialyse péritonéale (DP) est une des techniques de remplacement de la fonction rénale déficiente.

La dialyse péritonéale utilise la membrane recouvrant le tube digestif (péritoine). Le péritoine permet les échanges entre le sang chargé de déchets et un liquide stérile (appelé dialysat) introduit de façon répétée dans l'abdomen.

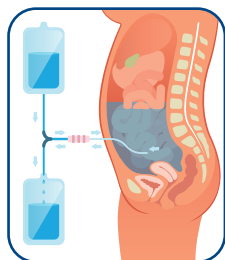
Ces échanges entre le dialysat et le sang doivent permettre :

- d'éliminer les déchets du métabolisme (urée, créatinine) ;
- de réguler la volémie (volume de liquide) et donc la pression artérielle ;
- de réguler les concentrations des électrolytes sanguins (Na⁺, K⁺, Ca⁺⁺) ;
- de réguler le pH sanguin.

COMMENT FONCTIONNE LA DIALYSE PÉRITONÉALE ?

La dialyse péritonéale fonctionne par le biais d'une solution appelée **dialysat** qui est introduite dans la cavité péritonéale via un cathéter, cette phase s'appelle **l'injection**.

Ensuite vient **la stase**. Ce temps permet les échanges entre le dialysat et le sang à travers le péritoine afin d'éliminer les déchets et l'eau en excès dans le corps.



Le drainage permet enfin de retirer le liquide de la cavité péritonéale avec l'excédent d'eau et de toxine.

Le dialysat est une solution stérile, composée majoritairement de glucose et d'eau (les solutions sucrées ont la propriété d'attirer l'eau vers elles).

QUELLES TECHNIQUES SONT UTILISÉES ?

La dialyse péritonéale continue ambulatoire (DPCA)



Le patient infuse manuellement entre 1,5 et 2,5 litres 4 fois par jour. La première manipulation a lieu au réveil, ensuite au moment du repas de midi, au goûter et avant d'aller dormir.

Chaque manipulation dure +/- 20 à 30 min. La stase est donc permanente.

Les échanges peuvent se faire dans le salon, la cuisine, la chambre...

La dialyse péritonéale automatisée (DPA)



La dialyse péritonéale automatisée se réalise pendant la nuit par l'intermédiaire d'un cycleur (machine). La dialyse dure environ 9h. Le patient mène une existence normale en dehors des périodes d'échanges.

La technique est flexible et vous pouvez passer de la manuelle au cycleur ou inversement en fonction de vos besoins.

QUEL ESPACE RÉSERVER À MON MATÉRIEL ?

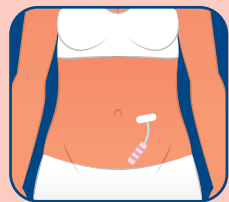
Ces 2 techniques nécessitent un stockage d'environ 1 mètre cube dans un endroit sec, à l'abri du gel ainsi qu'un endroit dédié à la dialyse. Nous organiserons une visite à domicile afin de nous assurer que vous serez dialysé dans de bonnes conditions.



COMMENT LE DIALYSAT EST-IL INTRODUIT DANS LE PÉRITOINE ?

Le dialysat est introduit jusqu'au fond de la cavité péritonéale par un cathéter dont l'orifice se situe d'un côté ou de l'autre de l'abdomen.

Le choix de l'emplacement de l'orifice varie en fonction de vos habitudes :



- Vestimentaires (pantalons taille haute ou basse),
- De sommeil (position de repos et emplacement de la machine)
- En fonction de vos loisirs, sports (escalade, voiture...)

COMMENT LE CATHÉTER EST-IL MIS EN PLACE ?

Après votre rencontre avec le chirurgien, celui-ci définit l'emplacement et la date pour la mise en place du cathéter. Le cathéter sera mis en salle d'opération sous anesthésie générale, ce qui nécessite une nuit de surveillance à l'hôpital. La mise en place se fait via une incision sous la peau, la douleur ressentie en post opératoire immédiat dépend de votre sensibilité mais est le plus souvent modérée.

Afin d'assurer une bonne cicatrisation, le cathéter restera au repos et sera préservé durant la semaine suivant sa mise en place.

Y A-T-IL DES PRÉCAUTIONS PARTICULIÈRES POUR PRÉSERVER LE CATHÉTER ?

Le cathéter constitue une porte d'entrée pour les microbes. Il est donc important d'en prendre soin. Vous pourrez continuer de prendre des douches en veillant à bien recouvrir le point de ponction, malheureusement les bains ne seront plus autorisés. De plus, le pansement est à refaire quotidiennement pour assurer sa propreté et son étanchéité. Le cathéter ne fait pas mal, l'orifice extérieur n'est pas douloureux.

QUAND DÉBUTE LA FORMATION DE DIALYSE ?

Bien que le cathéter soit au repos, la formation commence dès que possible après sa mise en place.

Un apprentissage attentif est organisé pendant 2 semaines. Le but de l'écolage est de vous sentir à l'aise et autonome face à votre traitement.



COMMENT SE PASSE LE SUIVI ?

Une fois par mois, vous serez vu(e) en consultation par un néphrologue. Cette consultation sera entre autre le moment de nous faire part de votre ressenti. Une prise de sang et une analyse de votre traitement seront aussi effectuées. Nous ferons également des analyses d'urine régulières ainsi qu'une évaluation annuelle de la qualité des échanges de votre péritoine. Tout ceci dans le but de rendre votre traitement le plus performant possible.

En dehors de ces consultations, pour toutes autres questions inhérentes au traitement, prenez contact avec le service de DP 24h/24h.



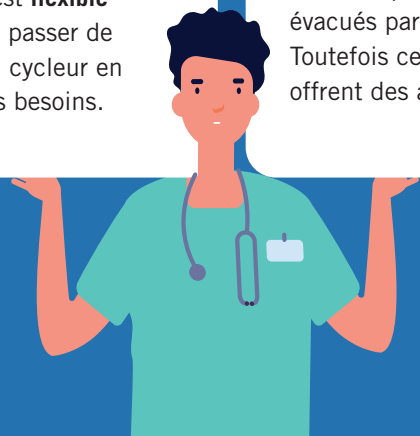
QUELS SONT LES AVANTAGES / INCONVÉNIENTS DE LA DIALYSE PÉRITONÉALE ?

LES AVANTAGES

- La technique est respectueuse pour l'organisme.
- Elle ne nécessite pas d'accès au sang.
- La méthode est non douloureuse.
- La diurèse (évacuation urinaire) est souvent conservée.
- L'apprentissage est facilité par une formation pratique et théorique encadrée.
- Elle permet au patient de gérer son traitement à domicile de manière autonome ou assistée (un proche ou une infirmière à domicile).
- Elle préserve l'autonomie et l'indépendance du patient. A noter que la dialyse se réalise toutes les nuits, 7 jours sur 7 (l'autonomie est donc relative).
- La technique est **flexible** et vous pouvez passer de la manuelle au cycleur en fonction de vos besoins.

LES INCONVÉNIENTS

- Le changement de l'image corporelle lié à la présence constante du cathéter et du ventre plus volumineux par le dialysat.
- La durée du traitement est variable d'une technique à l'autre mais se réalise tous les jours.
- Le risque d'inflammation et d'infection du péritoine si vous n'êtes pas précautionneux. Donc, un respect des règles d'hygiène et d'asepsie est de rigueur lors des manipulations.
- La vie sociale est différente car vous devez l'adapter en fonction de votre dialyse (manuelle ou automatisée).
- La dialyse produit des déchets qui doivent être évacués par vos soins. Toutefois certaines communes offrent des avantages.



QUELS SONT LES CONSEILS POUR ADAPTER MON ALIMENTATION À LA DIALYSE ?

La dialyse seule ne peut pas faire tout ce que font les reins normaux. C'est pourquoi votre alimentation doit aussi être adaptée en complément du traitement médical.

Les bases de l'alimentation sont celles d'une alimentation équilibrée.

La plupart des conseils diététiques donnés lors de l'information pré-dialyse sont toujours d'actualité.

Les recommandations sont modifiées par rapport aux points suivants :

- l'hydratation, à limiter en fonction de votre volume d'urine,
- les protéines à majorer.

Maintenir un poids correct est aussi important pour votre santé et votre bien-être.

Chaque personne est différente et ses habitudes alimentaires aussi. Le diététicien vous guidera pour trouver le compromis entre l'art de la table et les impératifs diététiques pour votre santé, de même si vous souffrez de pathologies associées, le diététicien adaptera également les conseils.





L'HYDRATATION

Les quantités de liquides (eau, café, thé, lait, potage...) autorisées sont ajustées en fonction de votre diurèse (=volume des urines de 24 heures). Si le volume des urines se modifie, les quantités de liquides bues doivent l'être aussi.

Lorsque vous vous pesez quotidiennement, cela vous permet d'ajuster les quantités bues. Si le poids varie entre les semaines, il faut alors se poser la question de l'équilibre entre les entrées et les sorties.

Signalez rapidement à l'équipe médicale une prise de poids car une « réelle » prise de poids ne sera probablement pas liée à votre alimentation.

Règles générales :

- **si vous urinez min 1.5L**
-> buvez normalement et demandez l'avis de votre néphrologue
- **si le volume urinaire est inférieur à 1.5L**
-> quantité max de liquides : 800 ml + diurèse



LA CONSTIPATION

Il est important de lutter contre la constipation afin de faciliter les drainages et d'éviter la migration du cathéter de dialyse.

Quelques trucs pour éviter d'être constipé :

- 1) Bougez au quotidien
- 2) Respectez les quantités de fruits et légumes recommandées par jour
- 3) Respectez les volumes de boissons autorisées en buvant suffisamment tout de même

En cas de constipation :

- 1) Une cuillère à soupe d'huile d'olives à jeun
- 2) Consommez la quantité de fruits permise le matin
- 3) Mangez 1 yaourt tous les jours (enrichi en bifidus)



LE SEL

Votre consommation de sel doit être identique à celle recommandée à la population générale, soit un apport de plus ou moins 6g/jour mais selon la dernière enquête de consommation alimentaire des belges, nous en consommons le double ! En excès, le sel est responsable d'une rétention d'eau pouvant entraîner des œdèmes et de l'hypertension artérielle.

Pour réduire sa consommation :

- 1) Privilégiez le '*fait maison*' et cuisinez sans sel ajouté.
- 2) Evitez les aliments riches en sel comme les viandes hachées, les charcuteries travaillées et préparations fumées, certains fromages ainsi que les préparations industrielles (plats préparés, sauces, potages en brique, etc. Voir liste remise par votre diététicien).

Méfiez-vous des eaux riches en sel et de certains médicaments effervescents (voir avec le médecin).



LES PROTÉINES

Les protéines sont les briques de votre organisme et sont nécessaires à de nombreuses fonctions (masse musculaire, immunité...).

Avec la dialyse, vos besoins en protéines sont augmentés car vous en perdez durant les séances de dialyse. Il faut donc compenser cette perte en augmentant vos apports.

Il faut un équilibre dans la consommation, ni trop ni trop peu, car elles génèrent des déchets que vos reins doivent pouvoir éliminer.

On retrouve principalement les protéines dans les produits d'origine animale (viandes, poissons, œufs), les produits laitiers et certaines alternatives végétariennes. Beaucoup d'aliments en contiennent.

L'adaptation pour trouver le juste équilibre sera réalisée par rapport à vos habitudes alimentaires.



LE POTASSIUM

Un excès de potassium a un rôle rapidement négatif sur le fonctionnement des muscles dont le cœur avec un risque de faiblesse musculaire et de trouble du rythme cardiaque.

La dialyse permet d'éliminer une certaine quantité de potassium, mais si vous en apportez plus que sa capacité à éliminer, alors le taux de potassium (kaliémie) peut monter et cela devient dangereux.

En pratique, pour avoir une kaliémie correcte :

- 1) Lutter contre la constipation
- 2) Éviter les aliments industriels contenant pour la plupart des additifs à base de potassium
- 3) Adapter les quantités de fruits et légumes, éviter les aliments riches en potassium (voir liste remise par votre diététicien).



LE PHOSPHORE

Le phosphore est un minéral pouvant s'accumuler dans le sang lors d'une insuffisance rénale.

En excès dans l'organisme, il peut entraîner des effets secondaires néfastes (démangeaisons, douleurs, déformations et à plus long terme des dépôts au niveau des vaisseaux sanguins et une fragilité osseuse).

En pratique :

- 1) Éviter les aliments industriels contenant pour la plupart des additifs à base de phosphore
- 2) Réduire les aliments riches en phosphore (voir liste remise par votre diététicien).

ACTIVITÉ PHYSIQUE

Le sport contribue à l'équilibre de l'individu. En effet, l'exercice physique constitue un facteur de bien être physique, psychologique et social. Il permet également de limiter la fonte musculaire.

Cela dit, chez le patient dialysé, l'activité pratiquée doit être judicieusement choisie. Préférez les sports où il n'y a pas de contact corporel pour éviter les chocs et tractions sur le cathéter : danse, gymnastique, marche, jogging, bicyclette...

La natation est à éviter.

Par précaution, n'hésitez pas à protéger votre cathéter au moyen de vêtements et de tissus épais.

Pour une mise et/ou remise au sport en douceur, la prescription de séances de kinésithérapie est également possible.

COMBIEN CELA VA-T-IL ME COÛTER ?

La dialyse est intégralement prise en charge par la sécurité sociale et ne vous coûte rien.

De plus, la livraison normale des produits à votre domicile ou lors de vos vacances est gratuite.

PUIS-JE PARTIR EN VACANCES EN ÉTANT DIALYSÉ ?

Nous travaillons en étroite collaboration avec les firmes qui fournissent le matériel sur le lieu de vacances. Il est possible de livrer le matériel à l'étranger à condition de prévenir les firmes et le centre 3 mois à l'avance.

Si toutefois, vous souhaitez partir à l'improviste, il est possible de faire une dialyse manuelle le temps d'un week-end moyennant une petite formation pratique.

Pour toutes informations complémentaires, n'hésitez pas à en parler avec votre équipe.





Jun 2022