

NÉPHROPROTECTION



Programme d'Éducation
Thérapeutique du Patient

Contacts du service :

Service de Néphrologie, dialyse et transplantation
Nouvel Hôpital Civil
67 091 STRASBOURG CEDEX



03.69.55.16.55



IdEETPnéphrologie@chru-strasbourg.fr

POURQUOI ?

Programme personnalisé pour apprendre au patient à protéger ses reins.

POUR QUI ?

Pour les patients (et leurs proches) de consultation néphrologique ayant un débit de filtration glomérulaire (DFG) entre 15 et 60 ml/min.

PAR QUI ?

Par une équipe d'éducation thérapeutique à votre écoute :

- Médecins
- Infirmier-e-s
- Diététicien-ne-s
- Enseignant-e en activités physiques adaptées
- Pharmacien-ne-s

COMMENT ?

Nous vous proposons :

- Une première rencontre pour faire connaissance, évaluer vos besoins et vos attentes.
- Des ateliers collectifs et/ou individuels.
- Un bilan de fin de programme pour faire le point avec vous



« Toute la lumière sur mes reins »

Connaitre à quoi sert le rein, qu'est-ce qui peut l'abimer et comment le préserver au mieux



« Pour protéger mes reins je limite le sel »

Identifier les aliments et les eaux riches en sel et ceux qui en contiennent peu

Savoir trouver la teneur en sel des aliments

Composer des menus moins salés

« Rein et médicament : me soigner sans nuire à mes reins »

Intérêt d'un traitement antihypertenseur pour protéger mon rein ?

Quelles sont les situations à risque de dégrader ma fonction rénale ? (anti-inflammatoires non stéroïdiens, produits de contraste iodés...)



Protégez vos reins,
Sauvez votre cœur !



« Hypertension artérielle et insuffisance rénale chronique »

Comprendre le lien entre sa tension et sa maladie rénale

Apprendre à surveiller sa tension artérielle

Connaitre ses cibles tensionnelles

« Dis à Lysette de mettre ses baskets »

Reconnaitre une activité physique et modifier ses habitudes de vie
=> 150 minutes par semaine d'activité physique à intensité modérée mais comment y parvenir ?

Atelier mettant en avant les comportements du quotidien pour atteindre cet objectif

