



**FONDATION**  
Hospices Civils de Lyon

# LES CONFÉRENCES SANTÉ DE LA FONDATION HOSPICES CIVILS DE LYON

---

# **Nos reins aussi méritent toute notre attention!**

**Pr Denis FOUQUE – 1<sup>er</sup> mars 2018**



**FONDATION**  
Hospices Civils de Lyon

# LES CONFÉRENCES SANTÉ DE LA FONDATION HOSPICES CIVILS DE LYON

---

**Pr Denis FOUQUE**

Professeur en néphrologie



Hospices Civils de Lyon

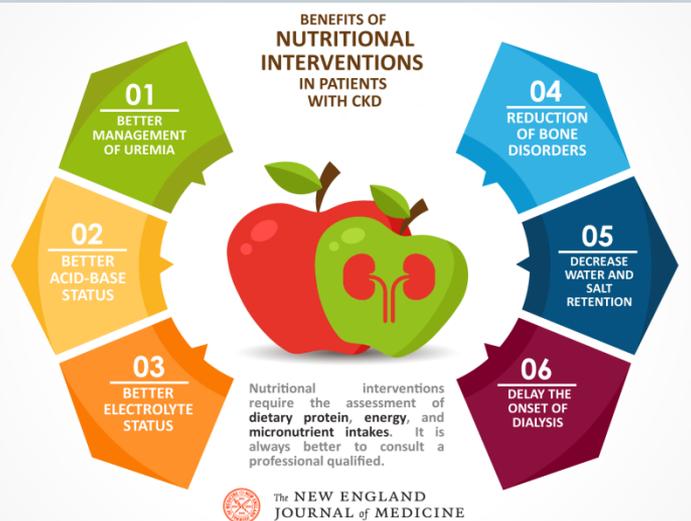


Inserm

Institut national  
de la santé et de la recherche médicale



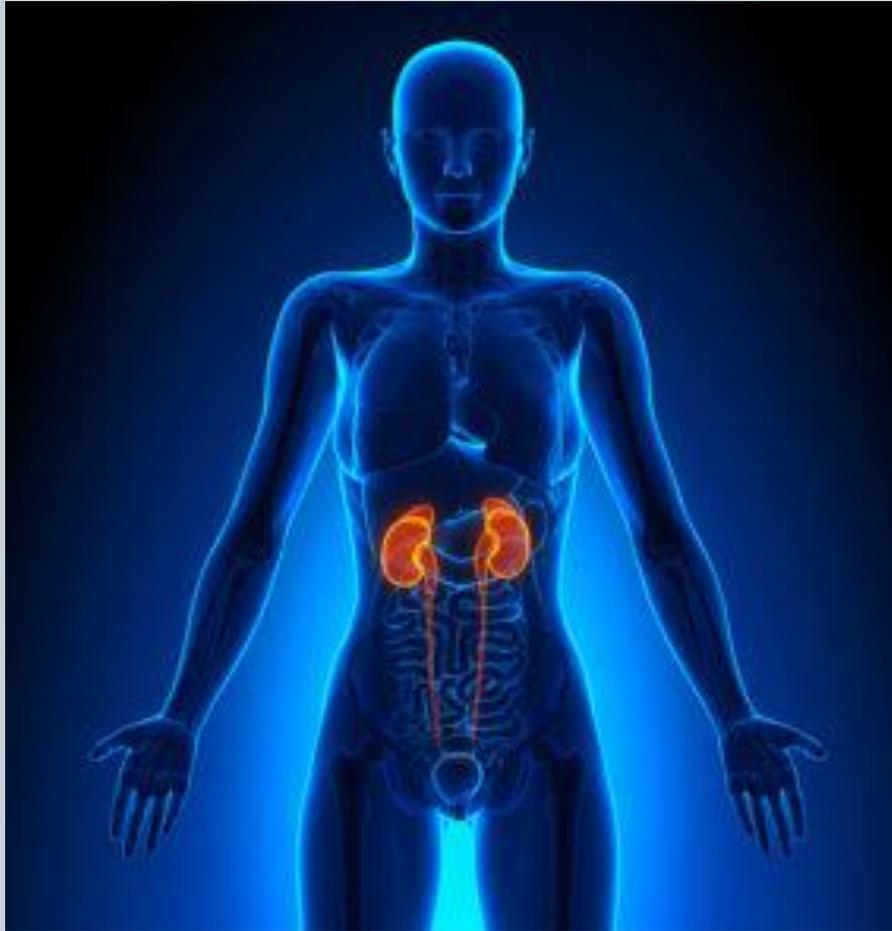
# Nos reins méritent toute notre attention !



Prof. Denis FOUQUE  
Service de Néphrologie  
Centre Hospitalier Lyon Sud  
Faculté de Médecine Lyon Sud

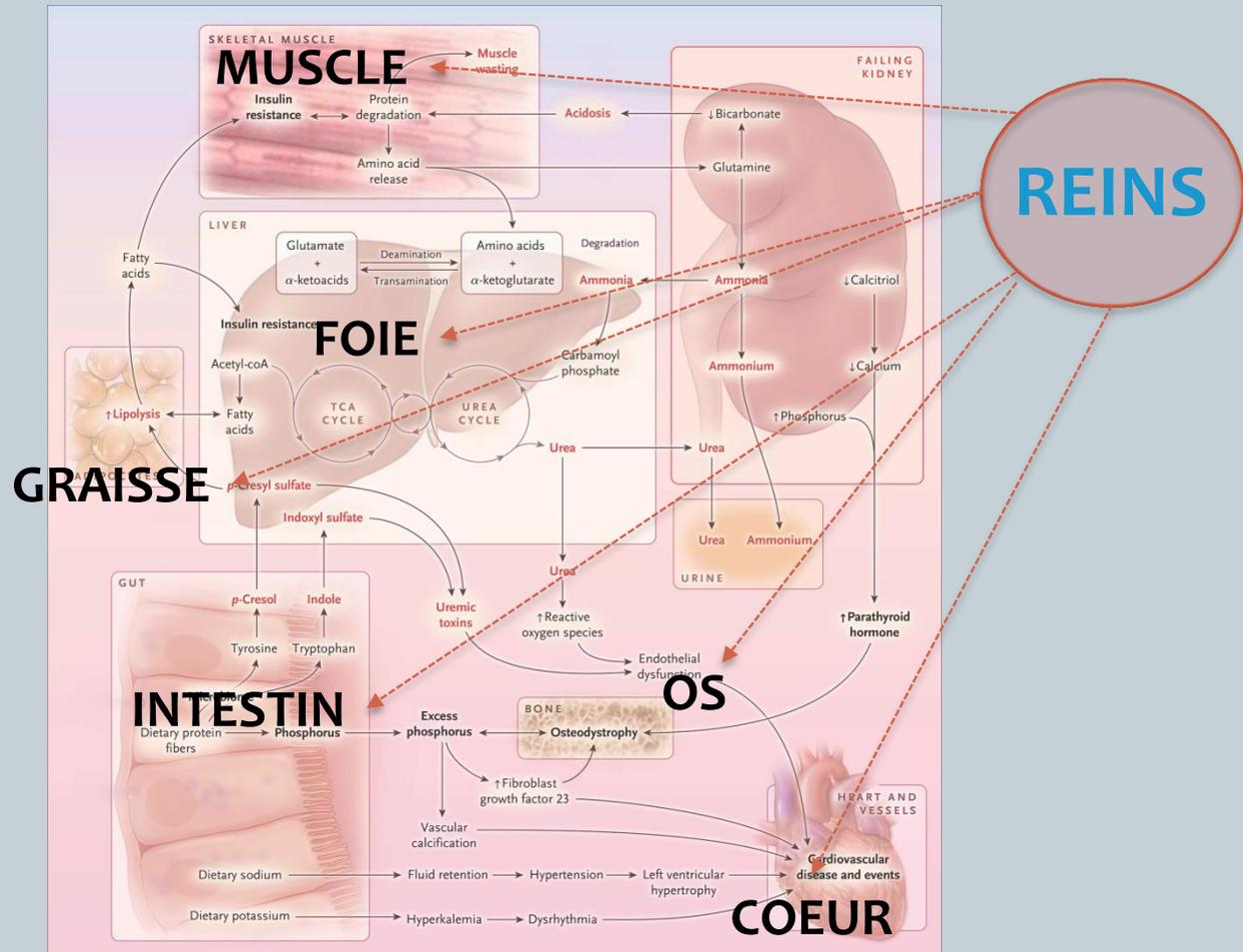


# Nos reins

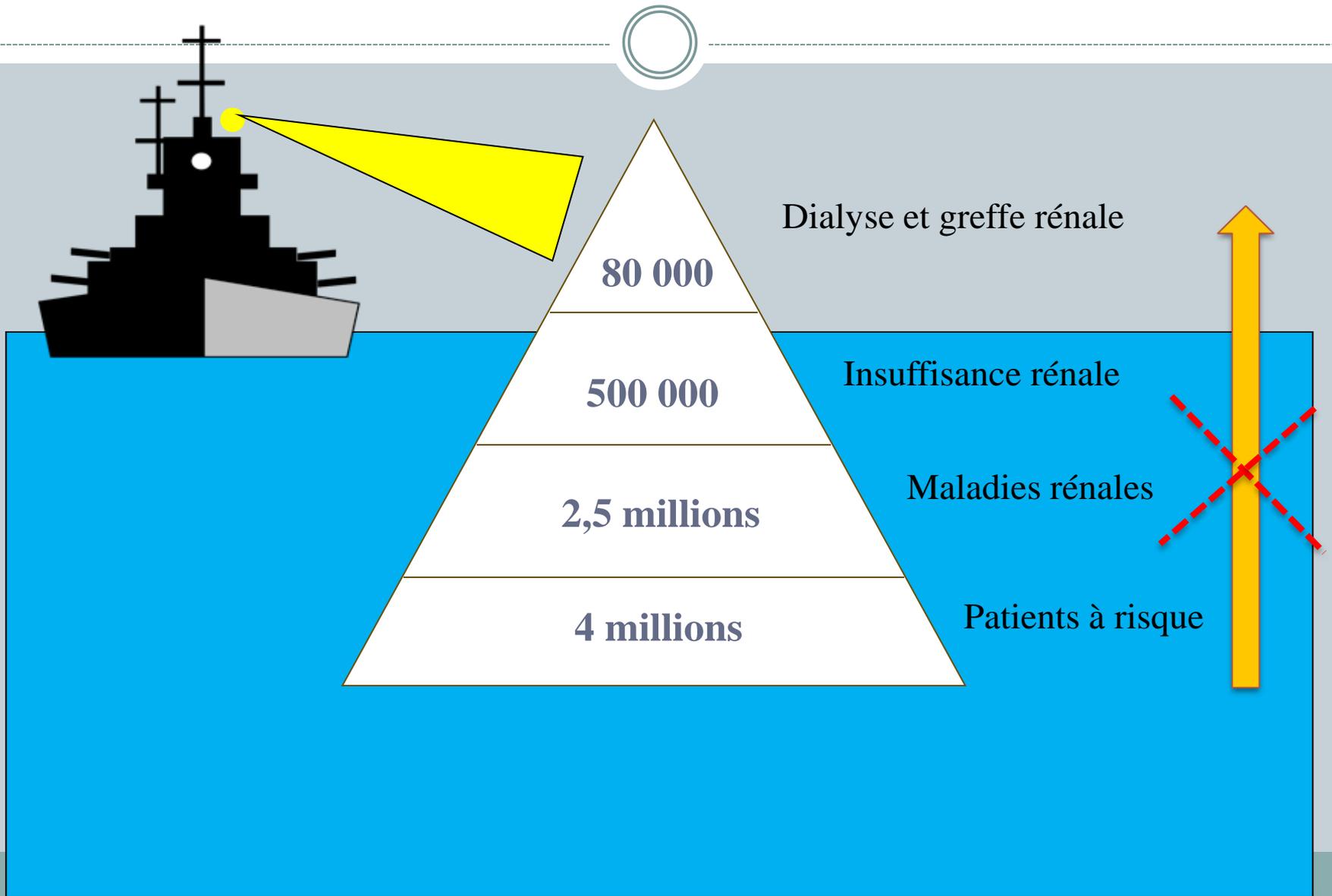




# Nos reins dans l'organisme entier



# La maladie rénale: un iceberg



# Les facteurs dangereux à éviter



- Hypertension artérielle non contrôlée
- Diabète non contrôlé
- Infections urinaires
- Médicaments toxiques pour les reins
- Tabac

# Les éléments protecteurs des reins

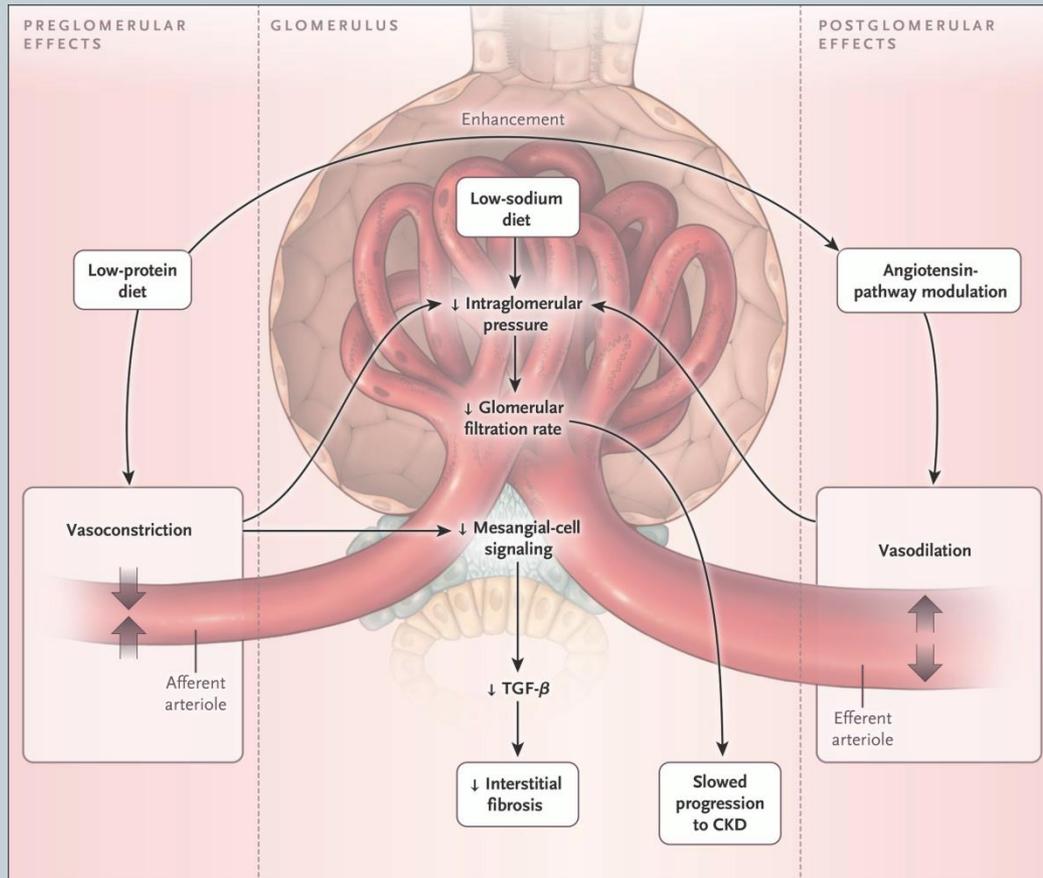


- Boissons optimales
- Nutrition adaptée
- Médicaments protecteurs des reins

# Protéger nos reins



## Réduire le sel



Réduire les protéines

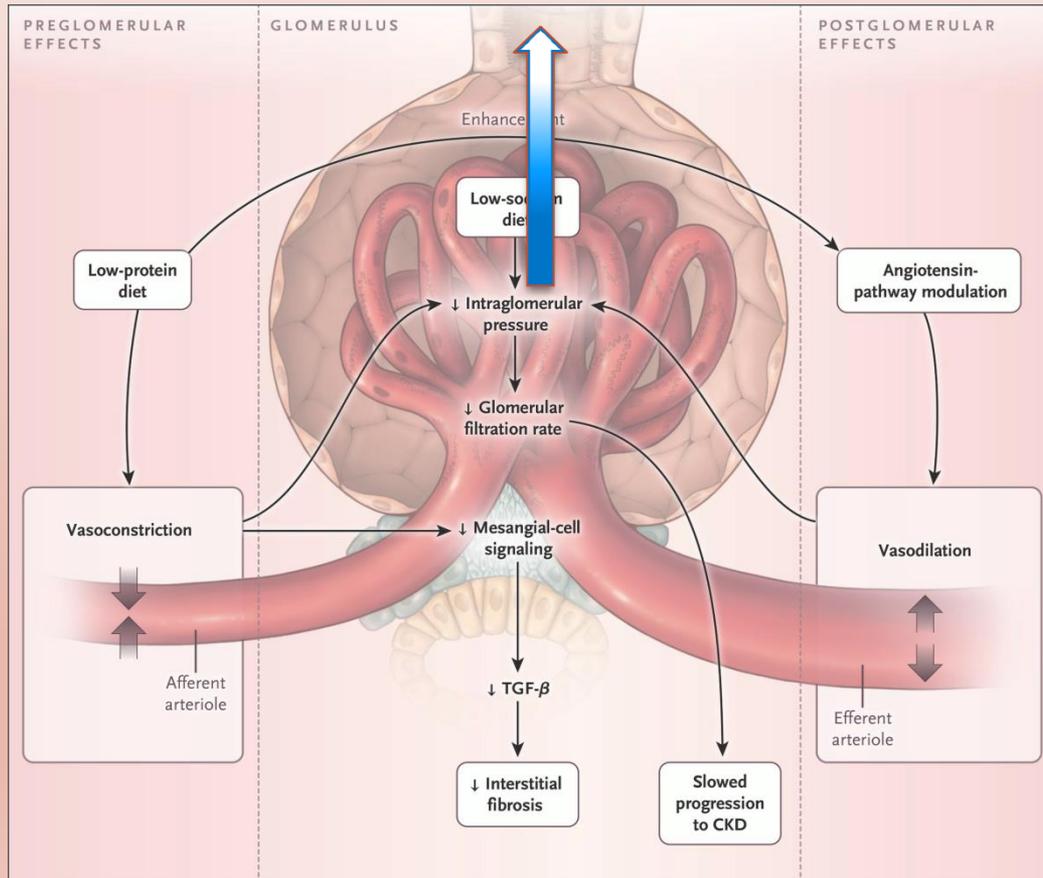
Médicaments

- IEC
- Sartans

# Protéger nos reins



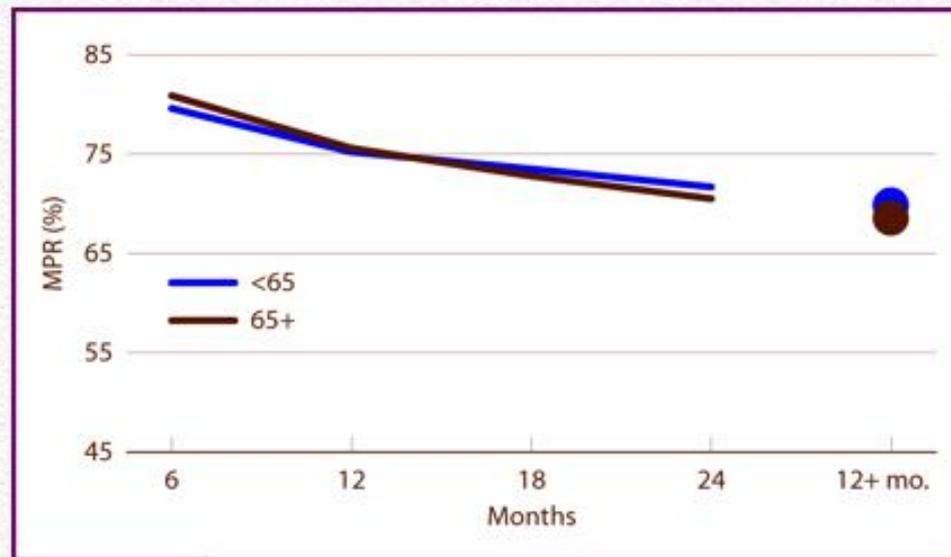
## Diminution de l'albumine dans les urines



# Difficultés d'adhésion au traitement

## Médicaments

- IEC
- Sartans



incident CKD patients, 2000–2004 combined, from the Medstat database, 1999–2004.

2006 ADR

USRDS

A 2 ans du début de la prescription, 1 patient/3 ne prend pas son traitement protecteur

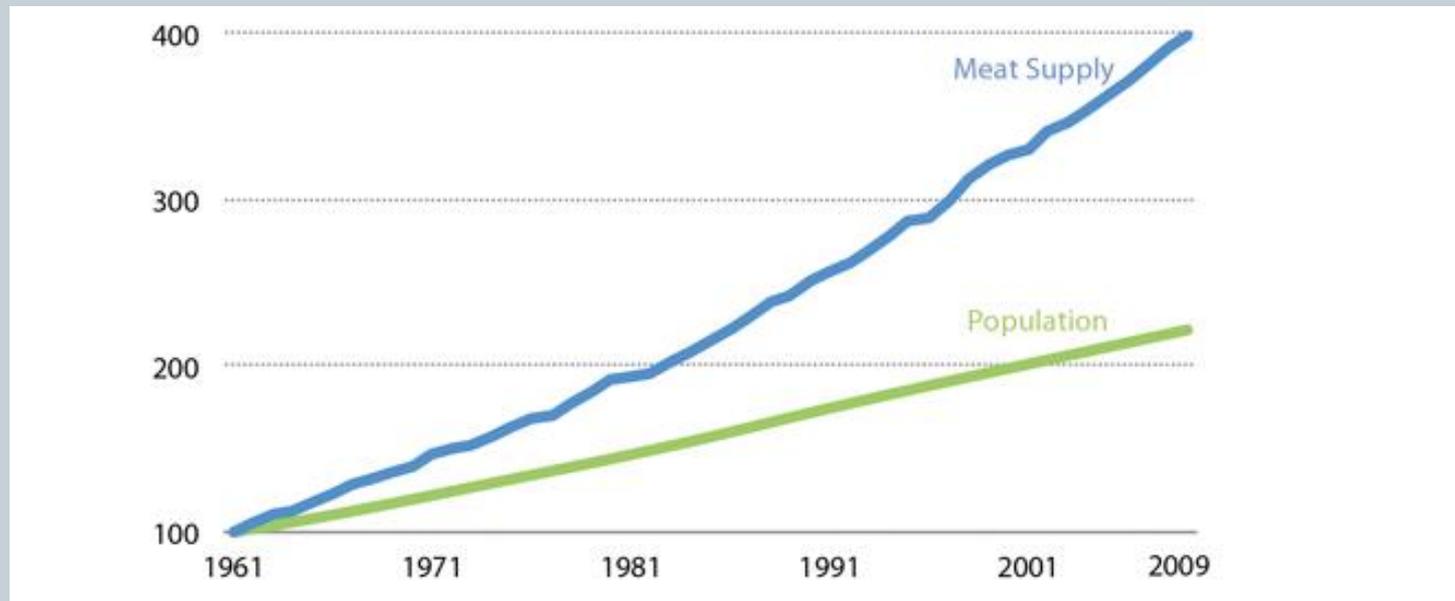
# Importance de la nutrition pour les reins



- Protéines et sel
- Education diététique
- Suivi par un néphrologue et un(e) diététicien(ne)

	Sucres	Sel	Protéines	Graisses
Maladie rénale		+	++	+
Diabète	++			+
Hypertension		++		+

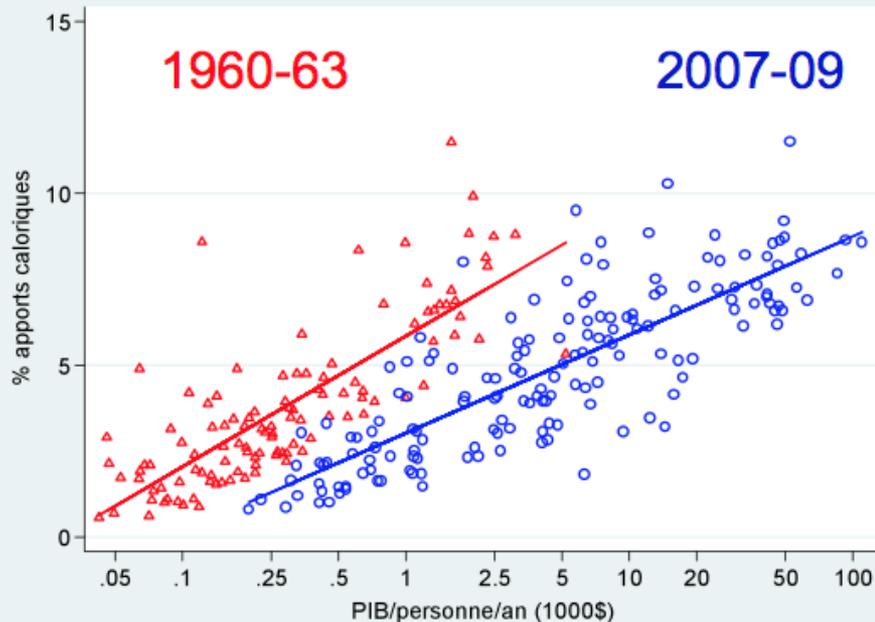
# Production mondiale de viande



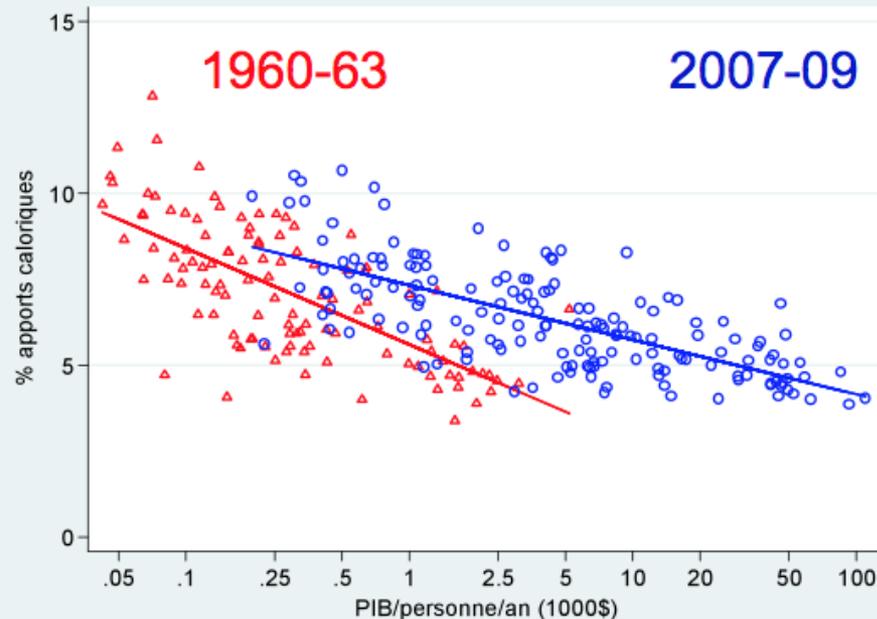
# Les protéines dans notre alimentation



## Protéines animales



## Protéines végétales

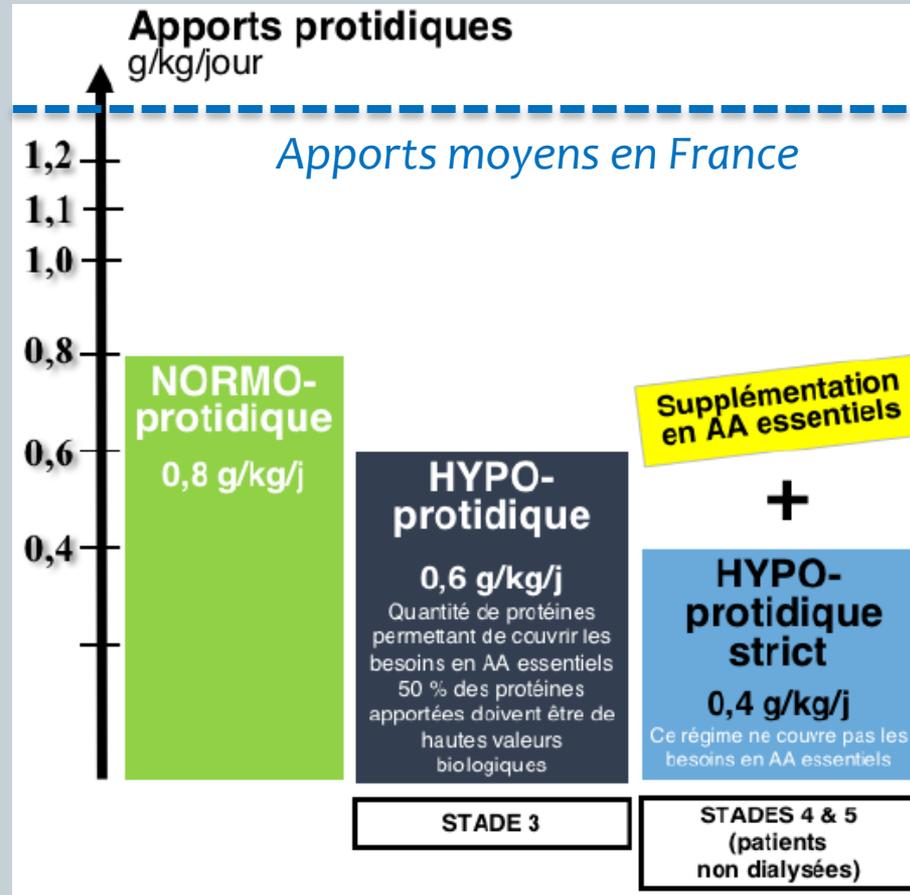


Source : P. Combris d'après FAO Stat

“Régime américain”

“Régime méditerranéen”

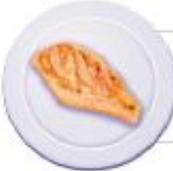
# Quelle quantité de protéines pour les malades?



# Composition en protéines des aliments les plus consommés en France

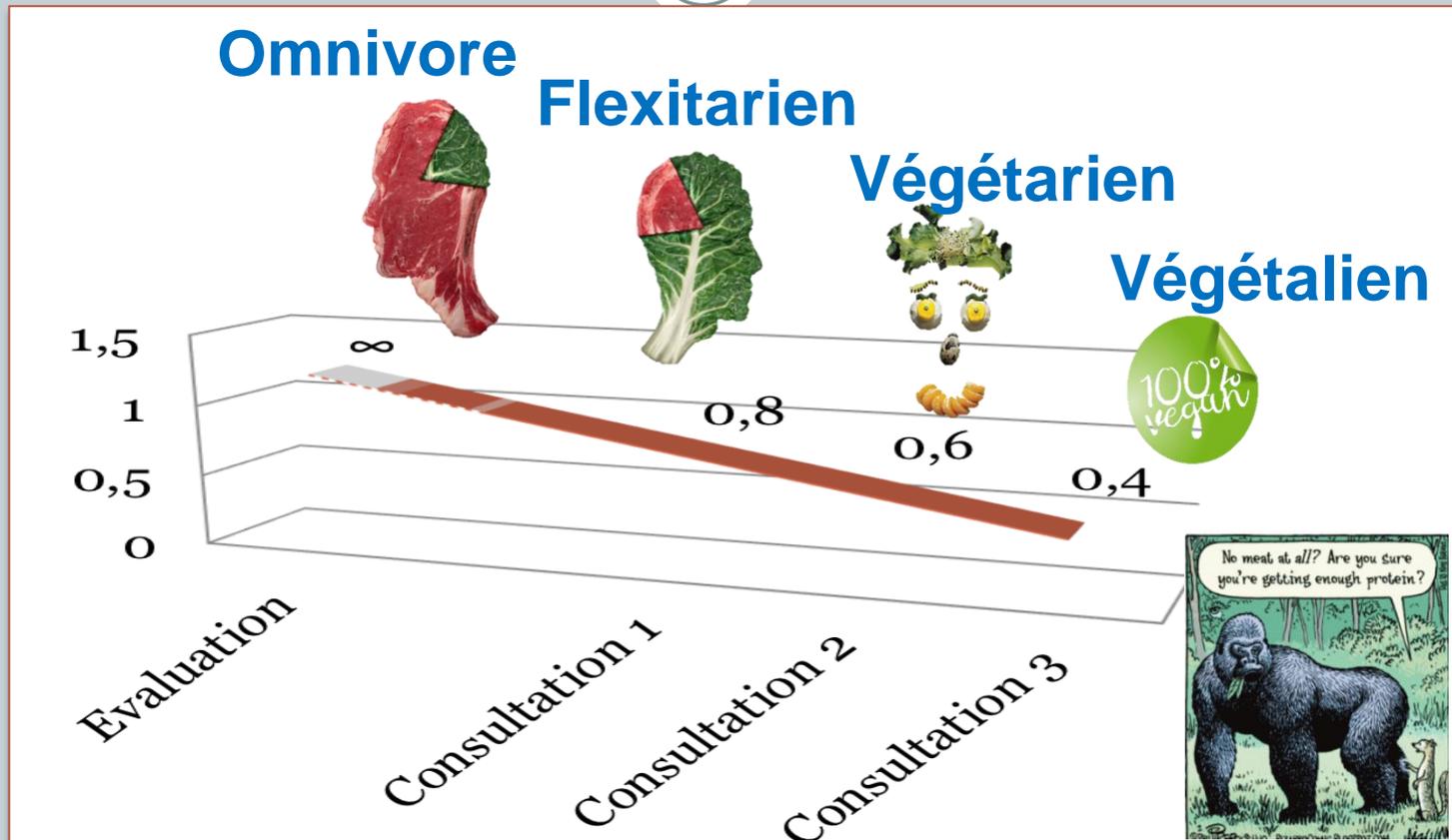


Teneurs en protéines de quelques aliments consommés régulièrement<sup>3</sup>

	1 escalope de poulet (120 g) = <b>32 g</b>	
	(150 g) = <b>34 g</b>	1 darne de saumon frais 
	1 steak haché (100 g) = <b>26 g</b>	
	(40 g) = <b>10 g</b>	1 tranche de jambon 
	1 yaourt (125 g) = <b>5 g</b>	
	(30 g) = <b>6 g</b>	1 part de camembert 
	Pâtes cuites (200 g) = <b>10 g</b>	
	(60 g) = <b>4 g</b>	Pain (1/4 baguette) 

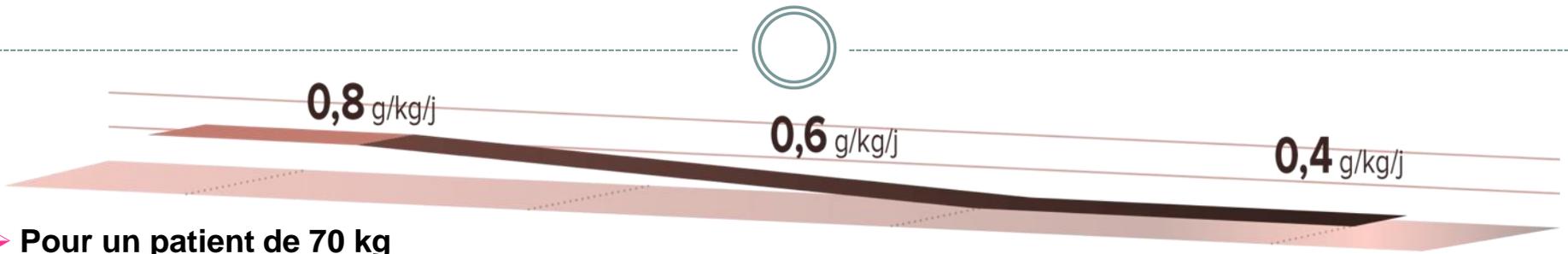
Étude Individuelle  
Nationale  
des Consommations  
Alimentaires 2 (INCA 2)  
2006-2007

# Diminution progressive des apports protéiques



- Palliers de 0.2 g/kg (3 consultations diététiques pour atteindre objectif)
- Accompagner, évaluer l'observance pour obtenir progressivement l'apport souhaité
- Individualiser les conseils, établir un programme

# Alimentation réduite en protéines: exemples de menus



- Apport recommandé en protéines dans la population générale

56 g

Salade verte  
Steak grillé (100 g)  
Gratin de macaronis aux tomates & basilic  
Salade de fruits  
Carottes râpées  
Rizzoto aux champignons  
Fromage blanc au coulis  
Crumble aux pommes

- Apport réduit en protéines

42 g

Lentilles en salade  
Ratatouille & riz créole  
Yaourt sucré  
Mousse de framboise  
Salade verte  
Lasagnes végétariennes  
chèvre & épinard  
Raisin

- Apport réduit en protéines, supplémenté en céto-analogues

28 g

Concombre aux pointes d'asperges  
Tomates farcies aux épinards & riz  
Tarte aux poires\*  
\* utilisation maïzena  
Salade de mâche  
Pomme de terre sautées  
Haricots verts persillés  
Sorbet aux fruits

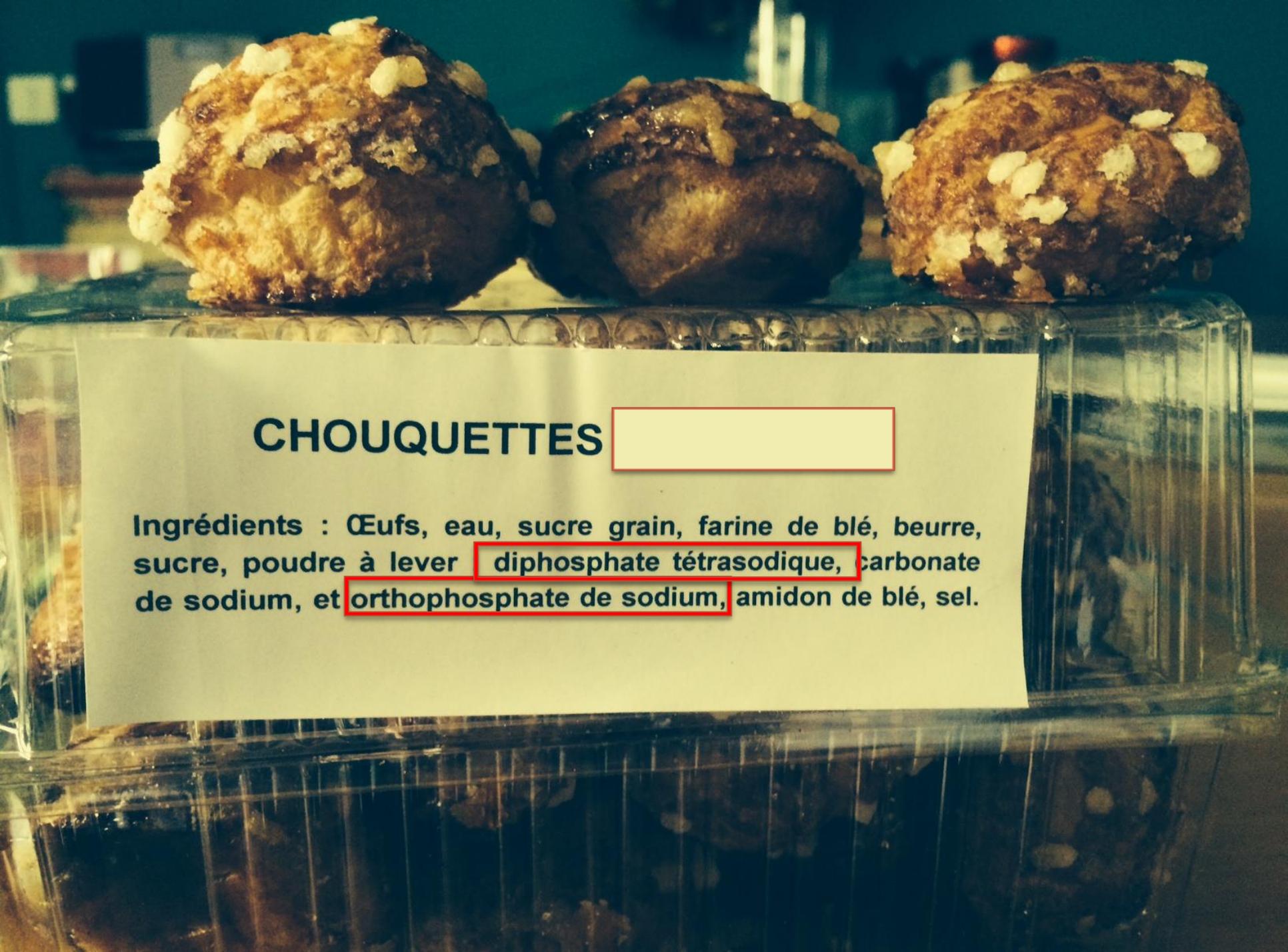
# Autres rôles d'une bonne prise en charge diététique



- Sel
- Potassium et calcium
- Phosphore
- Nourriture industrielle et conservateurs

# Apports masqués de phosphates





## CHOUQUETTES

Ingrédients : Œufs, eau, sucre grain, farine de blé, beurre, sucre, poudre à lever **diphosphate tétrasodique**, carbonate de sodium, et **orthophosphate de sodium**, amidon de blé, sel.

# Phosphates ajoutés



- Augmente la durée de conservation
- Augmente la quantité d'eau retenue dans la viande « plus gouteuse » (augmente le poids ... 10 à 15%)
- Maintien une couleur « naturelle »
- Disodium-phosphate, polyphosphate(s), pyrophosphate(s)

Triphosphates	
N°	Descriptif
E 451 I	Triphosphate pentasodique
E 451 II	Triphosphate pentapotassique
E 452 I	Polyphosphates sodiques
E 452 II	Polyphosphates potassiques
E 452 III	Polyphosphates calco-sodiques
E 452 IV	Polyphosphates calciques
E 459	Béta-cyclodextrine

**On peut passer de 800 mg à 1500-2000 mg/jour de phosphates (ce qui entraine l'obligation de prendre des comprimés anti-phosphore)**

# En conclusion



- **Pour protéger ses reins:**
  - suivre sa pression artérielle
  - prendre les médicaments protecteurs des reins
  - diminuer les protéines animales et le sel
  - apprendre une diététique spécialisée
  - éviter les médicaments toxiques
- **Ce qui permet de:**
  - réduire de nombreuses anomalies hormonales
  - réduire le nombre de médicaments
  - contrôler la protéinurie et l'urémie
  - ces certains patients, retarder le début des dialyses
- **Seulement la moitié à 2/3 suivent ces conseils:**  
rôle de l'information, de l'éducation et du suivi

# Prise en charge nutritionnelle: le programme de la néphrologie du Centre Hospitalier Lyon SUD

Professeur  
**Denis FOUQUE**

*Chef de service*  
*Consulter le CV*

Diététiciennes  
F.VEYRI, A.VINAY,  
E.PICARD, M.LE ROY,  
C.HENRY

Pr. Maurice  
**LAVILLE**

Dr. Gregoire  
**BASSE**

Dr. Anais  
**BOUCHARA**

Dr. Abbas  
**DEEB**

Dr. Patrick  
**HALLONET**

Dr. Laetitia  
**KOPPE**

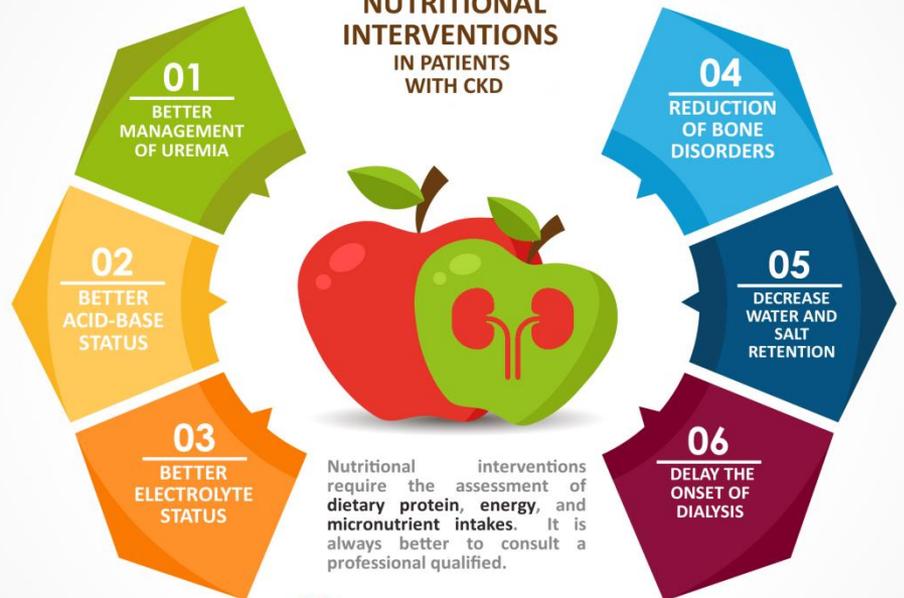
Dr. Mathilde  
**NOUVIER**

Dr. Solenne  
**PELLETIER**

Dr. Cecile  
**TEUMA**

Dr. Pierre  
**TROLLET**

## BENEFITS OF NUTRITIONAL INTERVENTIONS IN PATIENTS WITH CKD



The NEW ENGLAND  
JOURNAL of MEDICINE

KALANTAR - ZADEH K.D. FOUQUE - NOVEMBER 2017

*New England J Medicine, 2 Novembre 2017*

*Merci de votre attention*





**FONDATION**  
Hospices Civils de Lyon



Soutenir la Fondation  
Hospices Civils de Lyon  
**c'est Agir +**  
**dans VOTRE hôpital**

**+ de confort**

**+ de recherche**

**+ d'accompagnement**

Tél. 07 89 83 03 91

[fondation.hcl@chu-lyon.fr](mailto:fondation.hcl@chu-lyon.fr)

**fondationhcl.fr**