

Ce que vous devez savoir sur l'hémodialyse

Notre hôpital est un environnement **sans
parfum.**

Nous vous prions de ne pas utiliser de produits
parfumés.

Kingston Health
Sciences Centre

Centre des sciences de
la santé de Kingston



Hôpital
Hotel Dieu
Hospital



Hôpital Général de
Kingston General
Hospital

Table des matières

Le Service d'hémodialyse du CSSK	3
Le traitement d'hémodialyse	4
Les différents services d'hémodialyse	6
L'équipe de soins	8
Foire aux questions	12
Ce qu'il ne faut pas faire	13
Douleurs osseuses	23
Hypotension artérielle	23
Perte d'appétit	23
Baisse d'énergie	24
Que dois-je savoir au sujet de ma médication?	25
Médicaments courants	26
Sondages auprès des patients	28
Soins des pieds	28
Services aux patients	29
Planification préalable des soins	30
Transport	31
Renseignements fiscaux	32
Remarques :	34
Remarques :	35

Numéros de téléphone importants

Service principal 613 548-3232, poste 4402

Réceptionniste 613 548-2421

Néphrologue (spécialiste des reins) 613 548-3232

Demandez à parler au néphrologue de service.

Introduction

Ce livret porte sur les services d'hémodialyse offerts au Centre des sciences de la santé de Kingston (CSSK) et dans ses cliniques satellites. Vous y trouverez des renseignements pratiques sur ce qui suit :

- le Service d'hémodialyse;
- le traitement d'hémodialyse;
- les diverses options de traitement;
- les fournisseurs de soins de santé;
- l'entretien de votre fistule;
- l'entretien de votre cathéter central;
- la façon de bien vivre avec la dialyse;
- l'alimentation et l'apport en liquides;
- les problèmes courants.

Ce livret complète ceux de la Fondation canadienne du rein. Nous vous suggérons d'en prendre connaissance.

Le Service d'hémodialyse du CSSK

Quelles sont les heures d'ouverture?

Le Service est ouvert du lundi au samedi, de 7 h à 23 h.

Quel numéro dois-je composer?

Lorsque le Service est ouvert, composez le 613 548-2421 et la réceptionniste vous répondra. Pour communiquer avec le néphrologue en dehors des heures d'ouverture, composez le 613 548-3232 et demandez à parler au néphrologue de service.

Où puis-je me stationner au CSSK?

Les patients atteints d'un cancer ou qui reçoivent des services de dialyse bénéficient d'un accès privilégié au terrain de stationnement de l'Unité de recherche sur les maladies gastro-intestinales situé sur la rue George.

Pour y garer votre véhicule, vous devez avoir un permis de stationnement. Les membres du personnel infirmier qui vous prodiguent des soins vous diront comment vous le procurer.

Vous devrez également acheter un billet de stationnement et le déposer sur votre tableau de bord. Les frais sont de 1 \$ l'heure ou 5 \$ par jour. Les véhicules garés à cet endroit sans permis et sans billet de stationnement sur le tableau de bord recevront une contravention.

Le traitement d'hémodialyse

Si vous êtes malade :

Avant de vous présenter à votre traitement d'hémodialyse, téléphonez au Service si vous présentez l'un des symptômes suivants :

- toux ou essoufflement nouveau ou qui s'aggrave;
- fièvre ou symptômes de la fièvre (frissons, transpiration);
- vomissements ou diarrhée (nouveau symptôme).

Le traitement d'hémodialyse a généralement lieu trois fois par semaine et dure quatre heures. Il faut également prévoir l'évaluation faite par le personnel infirmier, qui s'assurera que vous pouvez recevoir le traitement en toute sécurité. Nous nous efforçons de le commencer à l'heure prévue, mais une urgence

médicale ou un problème technique peut causer un retard. Nous vous remercions de votre patience lorsque cela se produit. Nous savons que ces retards sont frustrants.

Dans la mesure du possible, les rendez-vous pour les traitements tiennent compte de votre horaire de travail ou de vos études. Si vous avez une activité prévue ou un autre rendez-vous, nous essaierons de déplacer votre traitement d'hémodialyse. Informez-en l'infirmière responsable au moins une semaine au préalable (plus tôt que cela si possible).

Présentez-vous au Service d'hémodialyse 10 minutes seulement avant l'heure prévue pour votre traitement. Rendez-vous à la salle d'attente dans l'annexe Burr 3. Lorsque l'appareil sera prêt, un membre du personnel viendra vous chercher. Faites part à l'infirmière de tout problème que vous avez éprouvé après le traitement précédent, comme un saignement, un malaise, des vomissements, des douleurs à la poitrine, une chute ou une visite au Service des urgences.

Si vous ne vous présentez pas à votre traitement d'hémodialyse :

Si vous ne vous présentez pas à votre traitement d'hémodialyse, nous ferons ce qui suit :

- nous vous téléphonerons pour vous parler de l'importance de ce traitement vital;
- nous vous encouragerons à vous présenter à vos traitements d'hémodialyse à l'heure prévue;
- nous vous aiderons à relever les défis qui influencent votre décision de suivre le traitement.

Si nous ne pouvons pas vous joindre et si vous ne vous présentez pas à votre traitement, nous demanderons aux services d'urgence de **s'assurer que vous allez bien**.

Environnement sans parfum

Étant donné que de nombreux patients et membres du personnel sont sensibles aux parfums, le CSSK a adopté une politique d'environnement sans parfum. Nous vous prions de ne pas en utiliser avant de vous rendre au Service. Nous vous demandons aussi de ne pas apporter de fleurs, car plusieurs variétés peuvent créer des problèmes respiratoires pour les patients et le personnel.

À votre arrivée, désinfectez-vous les mains à l'aide du produit fourni. Mettez un masque si vous présentez l'un des symptômes suivants :

- toux ou essoufflement nouveau ou qui s'aggrave;
- fièvre ou symptômes de la fièvre;
- vomissements.

Les différents services d'hémodialyse

L'hémodialyse peut avoir lieu à l'hôpital, dans une clinique ou à la maison. Certaines personnes aiment jouer un rôle actif dans leurs soins, comme en apprenant à préparer l'appareil d'hémodialyse et à insérer l'aiguille.

En collaboration avec l'équipe de soins, vous déciderez où vous recevrez le traitement d'hémodialyse, compte tenu de votre état de santé, de vos préférences et du nombre d'appareils disponibles.

Service d'hémodialyse de l'Hôpital général de Kingston

C'est à cet endroit que vous recevrez votre premier traitement d'hémodialyse.

Les cliniques satellites de dialyse sont situées dans les localités suivantes :

Bancroft, Belleville, Brockville, Moose Factory, Napanee, Smiths Falls et Picton

Il se peut que vous receviez les traitements d'hémodialyse dans une des cliniques satellites de votre région.

Un néphrologue vous rendra visite **toutes les six semaines** et apportera les modifications nécessaires à votre traitement ou à vos médicaments. Il peut y avoir une liste d'attente de personnes demandant le transfert de leurs traitements d'hémodialyse vers leur clinique satellite locale.

Si votre état de santé est stable, vous pourriez recevoir les traitements d'hémodialyse dans une clinique satellite.

Cependant, si vous avez un trouble de santé physique ou émotionnelle, si vous prenez du poids, si vous manquez un traitement, si vous avez une complication, s'il y a un problème avec votre cathéter ou votre fistule ou si vous subissez une intervention médicale, vous devrez retourner au CSSK jusqu'à ce que le problème soit réglé. Si une hospitalisation est nécessaire, vos traitements d'hémodialyse auront lieu au CSSK.

Pour obtenir plus de renseignements, communiquez avec votre infirmière ou votre médecin. L'infirmière de liaison peut répondre à vos questions au sujet du transfert des traitements d'une clinique satellite au CSSK.

Dialyse à domicile

Certains patients préfèrent suivre leurs traitements de dialyse à domicile en compagnie de leur partenaire ou d'une personne de soutien. Ce genre de traitement comporte de nombreux avantages et est recommandé aux patients qui y sont admissibles. Vous pourrez ainsi déterminer à quel moment suivre votre traitement, il y aura moins de restrictions au sujet de votre alimentation et vous réduirez considérablement vos déplacements. Si la dialyse à domicile vous intéresse, parlez-en à vos médecins et au personnel infirmier.

L'équipe de soins

Vous et votre famille :

Vous-même et votre famille êtes des membres importants de l'équipe de soins ~~rénaux~~. Prodiguer des soins de santé est un travail d'équipe, particulièrement pour les personnes atteintes d'une maladie rénale chronique. Nous vous encourageons à jouer un rôle actif dans la planification et la prestation de vos soins.

Nous prodiguons des soins centrés sur les patients et les familles selon les quatre principes suivants :

1. Nous vous traiterons, vous-même et votre famille, avec dignité et respect;
2. ~~nous communiquerons avec vous et avec votre famille;~~ Nous vous transmettrons de l'information à vous et à votre famille;
3. Nous vous encouragerons, vous-même et votre famille, à participer à vos soins;

4. Nous vous aiderons, vous-même et votre famille, à prendre des décisions au sujet de vos soins.

Néphrologue (médecin spécialiste des reins)

Un néphrologue est un médecin spécialisé dans le traitement et la gestion des maladies rénales. Le programme de santé rénale compte plusieurs néphrologues qui prennent soin à tour de rôle des patients du service principal de néphrologie et des cliniques satellites. Ainsi, vous ne verrez peut-être pas toujours le même médecin à chaque traitement.

Médecin généraliste (médecin de famille)

Votre médecin de famille gère les aspects de votre santé qui ne sont pas liés à votre maladie rénale. S'il modifie votre médication ou s'il vous demande de passer des tests, informez-en l'équipe de soins.

Infirmière praticienne – L'infirmière praticienne est une infirmière autorisée qui a fait des études de niveau supérieur et possède des connaissances et des compétences cliniques poussées.

L'infirmière praticienne collabore avec le néphrologue et l'équipe de soins afin de gérer votre traitement d'hémodialyse. Elle peut effectuer une évaluation, poser un diagnostic, demander des analyses, prescrire des médicaments, offrir un soutien et fournir de l'information.

L'infirmière praticienne collabore avec les autres membres de l'équipe de soins, les patients et les familles afin de fixer des objectifs de santé, de gérer l'ensemble des soins et de promouvoir la santé et le bien-être.

Infirmières – Les infirmières du programme de santé rénale sont des spécialistes des soins prodigués aux personnes atteintes d'une maladie rénale. Elles évaluent les patients, leur

fournissent de l'information et les soutiennent. Elles veillent à ce que les traitements et les médicaments soient offerts correctement et en toute sécurité au Service d'hémodialyse. Diverses infirmières prendront soin de vous lors de votre traitement en tenant compte des besoins de tous les patients du Service. L'**infirmière responsable** coordonne les activités cliniques quotidiennes des membres de l'équipe de soins et des patients.

Pharmacien – Le pharmacien spécialisé en soins des reins passe en revue régulièrement vos médicaments afin de s'assurer qu'ils sont sûrs et efficaces et que vous les prenez au moment prévu. Cette personne peut répondre à vos questions à ce sujet, y compris en ce qui concerne l'accès à la médication, et collabore avec l'équipe de soins lors de l'élaboration de la pharmacothérapie.

Si vous avez des questions au sujet de vos médicaments, adressez-vous au pharmacien spécialisé en soins des reins.

Travailleur social – Le travailleur social est là pour vous soutenir, vous et votre famille. Cette personne peut vous aider dans les aspects suivants : transition vers l'hémodialyse, transport, ressources, relations, logement, finances, emploi, planification préalable des soins et bien plus encore. Si vous souhaitez vous entretenir avec un travailleur social, dites-le à votre infirmière.

Diététiste – Le ou la diététiste vous aidera à planifier des repas adaptés à votre état de santé et vous proposera des modifications à vos habitudes alimentaires lorsque vous commencerez les traitements d'hémodialyse. Cette personne assurera le suivi de vos analyses sanguines et vous conseillera

de modifier votre alimentation au besoin, afin de maintenir vos valeurs sanguines dans une fourchette saine pour que vous restiez en bonne santé. Si vous avez des questions au sujet de votre alimentation, téléphonez-lui ou demandez à une infirmière de le faire pour vous.

Technologues en dialyse – Les technologues veillent au bon fonctionnement des appareils de dialyse et s’assurent que l’eau est salubre pour vos traitements.

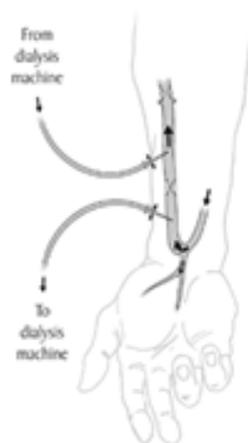
Bénévoles – Les bénévoles font partie de l’équipe de soins et apportent une contribution précieuse, par exemple en servant des rafraîchissements ou en rendant visite aux patients.

Foire aux questions

Que dois-je faire pour prendre soin de ma fistule?

Votre fistule est un lien vital pour la dialyse. Vous devez savoir comment en prendre soin et comment vous assurer qu’elle est en bon état. Vous devriez avoir l’impression que votre fistule bourdonne ou ronronne. De plus, elle produira un sifflement normal appelé bruit. **Si ces signaux s’interrompent, téléphonez au Service de néphrologie**

immédiatement, car il se peut que votre fistule soit obstruée. Dans ce cas, une intervention rapide est nécessaire pour conserver votre fistule.



Ce qu'il ne faut pas faire

- Ne laissez personne utiliser votre fistule, sauf le personnel infirmier chargé de la dialyse et les médecins. C'est un lien vital que vous devez protéger.
- Ne laissez personne faire ce qui suit :
 - prélever un échantillon de sang dans le bras où se trouve votre fistule;
 - insérer une intraveineuse dans le bras où se trouve votre fistule;
 - mettre un brassard pour mesurer votre tension artérielle autour du bras où se trouve votre fistule.
- Ne transportez pas de sac ou de sac à main avec le bras où se trouve votre fistule.
- Ne dormez pas sur le bras où se trouve votre fistule.
- Ne portez pas de vêtements aux manches serrées.

Si vous croyez que votre fistule est infectée, dites-le à l'infirmière lors de votre prochain traitement de dialyse. Votre fistule peut être infectée si :

- elle est rougeâtre;
- elle est sensible ou chaude;
- elle est enflée;
- elle vous fait mal;
- du liquide s'en écoule.

Protégez votre fistule lorsque vous soulevez des objets, faites du sport ou travaillez. Si vous croyez que des activités auxquelles vous vous livrez régulièrement risquent d'endommager votre fistule, dites-le aux infirmières ou aux médecins. Ils vous indiqueront comment la protéger pendant ces activités.



Que dois-je faire pour prendre soin de ma fistule après un traitement?

Vous pouvez mettre un bandage de contention sur le bras où se trouve la fistule après la séance de dialyse. Retirez-le quand vous arriverez à la maison ou s'il est trop serré.

Nous mettrons un pansement sur la fistule après le traitement. Retirez-le 4 heures après le traitement. Il se peut que le pansement adhère à la fistule. Dans ce cas, humectez-le avec de l'eau tiède. Pour éviter une infection, vous devez retirer le pansement et garder votre fistule propre.

Si du sang s'écoule après le traitement au point d'insertion de l'aiguille, appuyez doucement à cet endroit jusqu'à ce que le saignement s'arrête. Gardez quelques morceaux de gaze stérile à portée de la main. Mettez un carré de gaze sur le point d'insertion de l'aiguille avant d'exercer une pression. Si le saignement ne s'arrête pas, rendez-vous au service des urgences le plus proche.

Que dois-je faire pour prendre soin de mon cathéter veineux central (CVC)?

Il se peut que l'on insère un cathéter veineux central (CVC) pour la dialyse en attendant qu'une fistule soit en place et puisse être utilisée. Le CVC est également appelé cathéter permanent, cathéter de dialyse, cathéter central, etc.

La peau autour du point d'insertion du CVC sera recouverte d'un pansement. **Le CVC et le pansement doivent rester secs.** Par conséquent, vous devrez prendre un bain ou vous laver avec une débarbouillette tant que vous aurez un CVC. De

plus, seule l'infirmière en hémodialyse doit changer votre pansement.

Quand dois-je demander de l'aide?

- **Si vous saignez.** (Exercez une pression sur la plaie. Si le saignement persiste, téléphonez au Service d'hémodialyse.)
- **Si vous ne vous sentez pas bien, si vous avez des frissons, si vous faites de la fièvre ou si du liquide s'écoule** de votre CVC ou de votre pansement.
- **Si votre pansement se défait.** (Remettez-le en place avec un morceau de ruban adhésif, puis téléphonez au Service.)
- **Si le CVC se détache.** (Exercez une pression pendant 10 à 15 minutes, fixez un morceau de gaze propre sur la plaie à l'aide de ruban adhésif et téléphonez au Service.)

Service d'hémodialyse : 613 548-3232, poste 4402

Service d'urgence 24 h : 613 548-3232

Demandez à parler au néphrologue de service.

En cas d'urgence, faite d'abord le 911.

Quelles analyses effectuera-t-on?

Nous prélèverons régulièrement un échantillon de sang à partir de votre fistule ou de votre cathéter de dialyse aux fins d'analyse. Il se peut que nous devions prélever des échantillons de sang plus souvent si vous avez d'autres problèmes.

L'équipe de soins vous fera part des résultats de ces analyses et, au besoin, modifiera votre médication ainsi que les

traitements de dialyse, et vous aidera à changer vos habitudes alimentaires.

Il se peut que les médecins vous fassent passer d'autres tests selon votre état de santé. **Si d'autres médecins vous font passer des tests, dites-le à votre équipe de soins.**

Que puis-je faire pendant mes traitements?

Vous pouvez vous livrer aux activités suivantes pendant la séance de dialyse :



- ✓ Regarder la télé.
- ✓ Faire des mots croisés.
- ✓ Écouter la radio avec des écouteurs.
- ✓ Jouer aux cartes.
- ✓ Tricoter.
- ✓ Travailler avec un ordinateur portable.
- ✓ Lire.

N'oubliez pas que vous ne pouvez pas vous lever pendant le traitement. L'infirmière vous dira ce que vous pouvez et ne pouvez pas faire pendant la séance de dialyse.

Est-ce que je peux manger pendant le traitement?

Prenez votre repas avant ou après la séance de dialyse. Si vous mangez beaucoup pendant le traitement, votre tension artérielle risque de diminuer rapidement, ce qui peut avoir un effet sur la quantité de liquide et de déchets qui peuvent être éliminés.

De plus, si votre tension artérielle baisse, vous pourriez vous sentir faible. Si cela se produit pendant que vous mangez, vous risquez de vous étouffer. Nous vous recommandons de prendre

seulement une petite collation ou de ne rien manger pendant la séance de dialyse. Votre diététiste peut vous suggérer des collations acceptables.

Les visites sont-elles autorisées pendant l'hémodialyse?

Les visiteurs sont les bienvenus. Nous appliquons la politique du CSSK concernant les visites aux patients en consultation externe :

- Les enfants de moins de 14 ans doivent être accompagnés par un adulte et surveillés en tout temps;
- Les personnes qui ne se sentent pas bien ou qui ont une infection, une maladie respiratoire ou une maladie semblable à la grippe ne devraient pas venir au Service d'hémodialyse;
- On peut demander aux membres de la famille de quitter les lieux pour protéger la vie privée des autres patients ou pour des raisons de sécurité;
- Toujours pour des raisons de sécurité, nous prions les visiteurs et les conducteurs d'attendre dans la salle d'attente afin que les couloirs restent dégagés et accessibles.

La dialyse est-elle douloureuse? Comment vais-je me sentir?

La dialyse n'est pas douloureuse. Vous ressentirez de la douleur lorsque l'infirmière insérera les aiguilles dans votre fistule, mais elle s'estompera. Après coup, il ne devrait pas y avoir de douleur. Si vous en ressentez, dites-le à l'infirmière afin qu'elle puisse apporter les correctifs nécessaires.

Parfois, les patients se plaignent de symptômes tels que des crampes, un mal de tête, des nausées ou des étourdissements pendant la dialyse. Dans ce cas, l'infirmière peut ralentir le rythme d'élimination des liquides ou prolonger la séance de dialyse. Vous pouvez contribuer à atténuer ces symptômes en suivant le plan élaboré pour vous en ce qui concerne l'apport en liquides et l'alimentation. La dialyse peut être inconfortable si on doit éliminer une grande quantité de liquide.

Si vous éprouvez de la douleur ou une drôle de sensation pendant le traitement, dites-le à l'infirmière.

Que puis-je faire pour rester en bonne santé quand je suis des traitements d'hémodialyse?

- Renseignez-vous sur votre maladie rénale et le traitement.
- Suivez le plan d'apport en liquides et d'alimentation.
- Prenez les médicaments qui vous ont été prescrits et informez le néphrologue de tout effet secondaire.
- Adoptez un style de vie sain. Cessez de fumer, faites de l'exercice, maintenez un poids santé et mangez des aliments nutritifs.

Dois-je modifier ce que je mange et ce que je bois?

Contrairement aux reins, l'appareil d'hémodialyse ne peut pas éliminer tous les déchets et l'excédent de liquides. Vous devez donc surveiller ce que vous buvez et mangez.

Votre diététiste vous aidera à élaborer un plan d'alimentation qui tient compte de ce que vous aimez manger et limite les aliments riches en sodium (sel) et en phosphore. Cette personne vous aidera également à déterminer si vous devez modifier votre apport en potassium et veillera à ce que vous

mangiez la quantité de protéines dont vous avez besoin pour rester en bonne santé.

Faites attention lorsque vous achetez des aliments faibles en sodium (sel) et des succédanés du sel, car les fabricants remplacent parfois le sodium par du potassium. Lisez les étiquettes attentivement. Évitez les succédanés du sel comme NoSalt^{MD}, Half Salt^{MD} et Nu-Salt^{MD}, car ces produits sont riches en potassium. Les produits à base de fines herbes comme Mrs. Dash^{MD} et Club House Salt-Free Seasonings^{MD} sont préférables. Votre diététiste vous fournira une liste d'assaisonnements faibles en sodium que vous pouvez utiliser.

Devrai-je réduire mon apport en liquides?

Si vous faites de la rétention d'eau (pieds ou mains enflés, difficulté à respirer, etc.) ou si vous produisez moins d'urine, vous devrez réduire votre apport en liquides.

En limitant votre apport en liquides, vous accomplirez ce qui suit :

- ⇒ vous contrôlerez mieux votre tension artérielle et favoriserez votre santé cardiaque;
- ⇒ vous réduirez l'accumulation de liquides dans vos poumons, ce qui vous aidera à respirer;
- ⇒ vous serez plus à l'aise pendant la dialyse et risquerez moins d'avoir des nausées et des crampes musculaires.



Toute substance liquide à la température ambiante est considérée comme un liquide.

Le Jell-O^{MD}, la crème glacée, la soupe, les sucettes glacées (popsicles), le sorbet, la glace et les sauces en sont des exemples.

Comment puis-je réduire mon apport en liquides?

Voici quelques conseils :

- Mangez moins de sel et d'aliments salés afin de réduire votre soif;
- Mesurez les liquides que contiennent les tasses, les verres et les bols;
- Utilisez une tasse ou un verre plus petit;
- Buvez seulement si vous avez soif;
- Mélangez de la glace broyée à une toute petite quantité de liquide;
- Sucez des bonbons durs ou mâchez de la gomme;
- Rincez-vous la bouche et brossez-vous les dents souvent;
- Mangez des raisins surgelés et d'autres fruits faibles en potassium;
- Tenez compte des aliments surgelés qui fondent à la température ambiante dans votre apport en liquides;
- Si vous êtes diabétique, surveillez votre glycémie.

Puis-je voyager?

Il y a des services d'hémodialyse partout au Canada et dans de nombreuses régions du monde. Toutefois, vous devez vous y prendre plusieurs mois à l'avance en raison du manque d'espace et de personnel. De plus, vous devrez probablement payer des frais.



Si vous planifiez un voyage, parlez-en à l'infirmière ou à l'équipe de soins dès que possible. Ils peuvent vous aider et vous fournir des documents médicaux. N'oubliez pas que vous devez prendre les arrangements nécessaires longtemps d'avance.

Devrais-je porter un bracelet Medic Alert?

Vous devriez porter un bracelet Medic Alert pour que l'on sache que vous souffrez d'une maladie rénale. Vous pouvez obtenir un formulaire de demande en ligne ou en vous adressant au Service d'hémodialyse, à la Fondation canadienne du rein ou à votre médecin de famille.

Assurez-vous d'inscrire les renseignements suivants dans le formulaire de demande :

- vos problèmes de santé (maladie rénale, diabète, etc.);
- vos médicaments;
- vos allergies;
- l'emplacement de votre fistule.

Inscrivez toute autre question ci-dessous :

Problèmes courants

Les problèmes suivants sont courants. Nous vous donnons quelques conseils ci-dessous pour les régler ou les atténuer. Si vous éprouvez l'un ou l'autre de ces problèmes, dites-le à l'infirmière ou au médecin.

Constipation

Les médicaments que vous prenez ou les changements que vous avez apportés à votre alimentation et à votre apport en liquides pourraient causer de la constipation. Votre diététiste

peut vous suggérer des aliments riches en fibres. Vous pouvez également augmenter graduellement votre niveau d'activité physique. Si vous continuez de souffrir de constipation, demandez à votre médecin ou votre pharmacienne de vous recommander un laxatif.

Rétention d'eau

Si vous faites de la rétention d'eau, vous pouvez présenter les symptômes suivants :

- jambes, chevilles, visage ou mains enflés;
- tension artérielle élevée;
- essoufflement.

Vous risquez de faire de la rétention d'eau si vous buvez trop de liquides ou consommez trop de sel ou d'aliments salés.

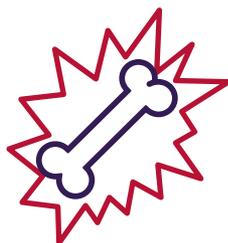
Pourquoi ai-je pris autant de poids alors que je ne bois presque rien?

C'est peut-être parce que vous consommez trop de sel, ce qui cause de la rétention d'eau, vous donne soif et vous amène à boire davantage. De plus, certains aliments comme le Jell-O^{MD}, la soupe, les sauces et les aliments surgelés comme la crème glacée et le sorbet, qui sont liquides à la température ambiante, sont des sources insoupçonnées d'eau.



Douleurs osseuses

Si les concentrations de phosphore, de calcium et d'hormones parathyroïdes sont anormales dans votre sang, vous pourriez souffrir de problèmes osseux et articulaires. On surveillera ces concentrations de près. Votre médecin, votre infirmière, votre pharmacien et votre diététiste vous diront comment les contrôler.



Hypotension artérielle

Il se peut que votre tension artérielle soit faible à la fin du traitement, ce qui pourrait vous faire bâiller ou causer des étourdissements et de la fatigue. De plus, vous pourriez avoir froid ou avoir l'impression que les personnes qui vous entourent sont dans un tunnel quand elles vous parlent. Si vous éprouvez ces symptômes ou une sensation étrange, dites-le à l'infirmière, qui pourra faire ce qui suit :

- cesser ou ralentir l'élimination des liquides;
- pencher votre tête vers l'arrière et relever vos pieds afin d'accroître l'afflux de sang dans votre cerveau;
- vous donner une solution saline ou une boisson.

Il est important de limiter votre apport en sodium et en liquides et de ne pas trop manger pendant la dialyse afin de prévenir l'hypotension artérielle.

Perte d'appétit

Vous pourriez perdre l'appétit au début du traitement. À mesure que l'appareil retirera les déchets de votre corps, vous devriez

retrouver l'appétit. Votre diététiste peut vous suggérer des aliments ou des suppléments qui vous donneront envie de manger. Il vous sera peut-être plus facile de prendre plusieurs petits repas ou collations au lieu de trois repas réguliers.

Baisse d'énergie

Votre niveau d'énergie pourrait diminuer au début du traitement, car il y aura moins d'hémoglobine dans votre sang et beaucoup de déchets dans votre corps. À mesure que la dialyse éliminera ces déchets, votre niveau d'énergie devrait remonter. Un grand nombre de personnes sont fatiguées après la séance de dialyse, mais se sentent mieux environ deux heures plus tard et peuvent reprendre leurs activités au travail et à la maison.



Je prends de l'érythropoïétine (Eprex^{MD}, EPO). Pourquoi mon taux d'hémoglobine est-il encore bas?

Si vous avez une infection, si votre taux de fer est faible ou si vous avez perdu trop de sang, votre taux d'hémoglobine sera bas, même si vous prenez de l'érythropoïétine. De plus, n'oubliez pas qu'il faut de quatre à six semaines pour que l'EPO agisse.

Pourquoi mon taux de potassium est-il toujours élevé? Je ne mange pas d'aliments riches en potassium.

Presque tous les aliments contiennent du potassium. Il faut donc surveiller les portions. Si vous êtes diabétique, une

glycémie élevée peut accroître votre taux de potassium. Si vous ne savez pas pourquoi ce taux est élevé, consultez votre diététiste. Cette personne vous dira quels aliments riches en potassium vous devriez éviter et vous donnera des conseils pratiques à ce sujet.

L'hémodialyse élimine le potassium. Vous devez donc suivre le traitement de 240 minutes jusqu'à la fin. Si vous écoutez votre traitement, vous n'en retirerez pas tous les bienfaits.

Que dois-je savoir au sujet de ma médication?

Votre médecin vous a prescrit des médicaments.



Vous devez savoir ce qui suit :

- pourquoi vous devez les prendre;
- comment et quand vous devez les prendre;
- quels sont leurs effets secondaires;
- quels médicaments vous ne devez pas prendre juste avant la dialyse.

Si vous prenez d'autres médicaments, informez-en l'infirmière, le pharmacien ou le néphrologue.

Cela comprend ce qui suit :

- les vitamines et les suppléments;
- les produits et remèdes à base d'herbes médicinales;
- les médicaments prescrits par d'autres médecins;

- les médicaments en vente libre comme ceux contre les allergies, la douleur et le rhume.

Consultez votre pharmacien ou votre néphrologue avant de prendre des médicaments en vente libre et des produits à base d'herbes médicinales. Certains de ces produits peuvent causer des problèmes graves pour les personnes atteintes d'une maladie rénale et peuvent interagir avec leurs médicaments.

L'équipe de soins passera votre médication en revue régulièrement. N'oubliez pas d'apporter tous vos médicaments toutes les six (6) semaines.

Médicaments courants

Le néphrologue peut vous prescrire l'un ou l'autre des médicaments suivants :

- **Érythropoïétine (EPO)** – L'EPO aide les os à produire des globules rouges, ce qui accroît l'hémoglobine. L'infirmière vous administrera de l'EPO dans le cathéter de dialyse à la fin de la séance. Il faut compter de quatre à six semaines pour ressentir les effets de l'EPO.
- **Agents d'agglutination du phosphate** – Ces agents comprennent le carbonate de calcium (sans vitamine D) et des médicaments comme Tums^{MD}, le sucralfate, Amphogel^{MD} et Renagel^{MD}. Ils s'agglutinent au phosphore présent dans la nourriture et réduisent ainsi la quantité de phosphate dans le corps, ce qui favorise la bonne santé des os. Prenez un agent d'agglutination du phosphate à chaque repas ou collation, selon les directives.
- **Fer** – Le fer est nécessaire à la production de globules rouges. Les comprimés de fer peuvent vous donner mal au

ventre et noircir vos selles. Prenez-les avant de vous coucher, lorsque vous n'avez rien dans l'estomac. Pour maximiser l'absorption du fer, il est préférable de le prendre à jeun. Ne le prenez pas en même temps que l'agent d'agglutination du phosphate, car les rendra inactifs. Un supplément de fer peut être ajouté dans le cathéter de dialyse pendant vos traitements.

- **Vitamines et suppléments minéraux** – Avant de prendre des vitamines ou des suppléments minéraux, demandez à votre pharmacien ou néphrologue de les vérifier, car certains d'entre eux peuvent être nocifs pour les personnes atteintes d'une maladie rénale. Des comprimés multivitaminés comme Replavite^{MD} remplacent les vitamines que vous évacuez pendant la dialyse et qui ne se trouvent pas dans votre alimentation. Prenez-les après chaque traitement.
- **Acide folique** – L'acide folique est une vitamine B qui contribue à la production de globules rouges. Votre infirmière vous donne un comprimé d'acide folique après la séance de dialyse.
- **Vitamine B12** – Cette vitamine aide à produire des globules rouges. L'infirmière en injectera dans le cathéter de dialyse tous les trois mois.
- **Vitamine D** – Les reins aident à transformer la vitamine D afin de maintenir les os en bonne santé. Vous devrez peut-être prendre un type particulier de vitamine D appelé calcitriol ou rocaltrol.
- **Médicaments pour l'hypertension** – Il y a plusieurs types de médicaments pour l'hypertension. Ne prenez pas ce médicament avant votre traitement, sauf si votre médecin vous le demande, car il peut causer des étourdissements,

une enflure, de la toux et du ralentissement du rythme cardiaque. Si vous éprouvez l'un ou l'autre de ces symptômes, dites-le à l'infirmière.

- **Antibiotiques** – Vous devez prendre des antibiotiques avant et après un traitement dentaire, y compris un nettoyage, car ils préviennent les infections du sang. Tenez l'infirmière ou le médecin au courant de vos rendez-vous chez le dentiste afin qu'ils puissent planifier votre traitement en conséquence.
- **Anticoagulant** – Des caillots sanguins dans le cathéter ou l'appareil peuvent causer des problèmes lors de l'hémodialyse et peuvent réduire le flux sanguin, ce qui réduit l'efficacité du traitement. Le néphrologue peut vous prescrire un médicament comme la daltéparine (Fragmin^{MD}) afin de prévenir la formation de caillots pendant la dialyse.

Sondages auprès des patients

Nous vous demanderons à l'occasion de remplir un questionnaire pour faire le point sur votre santé physique et émotionnelle. Comme c'est le cas pour les analyses sanguines, ce questionnaire nous aide à vous prodiguer des soins.

Soins des pieds

Un grand nombre de patients diabétiques ont des problèmes aux pieds. Une infirmière du Service d'hémodialyse examinera régulièrement vos pieds afin d'éviter les complications graves. Si vous recevez déjà des soins des pieds d'un spécialiste,

dites-le à l'infirmière, car il n'est pas nécessaire de dupliquer les efforts de soins.

Ce que cela signifie pour vous :

- Pendant la séance de dialyse, l'infirmière vous demandera si elle peut examiner vos pieds afin de déterminer si vous avez besoin de soins spécialisés. Si c'est le cas, nous vous dirigerons vers une clinique de soins des pieds.
- Si votre risque est élevé, nous effectuerons un examen de suivi des pieds tous les trois mois. Si votre risque est faible, cet examen aura lieu tous les 12 mois.
- Si vous avez une plaie ouverte sur un pied, dites-le à l'équipe de soins dès que possible.

Services aux patients

Un comité consultatif composé de patients, de familles, de membres du personnel hospitalier et de médecins détermine les mesures à prendre pour améliorer la qualité des soins et la sécurité à l'hôpital. Pour vous joindre à ce comité, téléphonez au chef des soins centrés sur le patient et la famille du CSSK au 613 549-6666, poste 4424.

De plus, vous pouvez faire part de tout problème non lié à vos traitements de dialyse aux responsables du Programme de relations avec les patients au 613 549-6666, poste 4158.

Fondation canadienne du rein

La Fondation canadienne du rein s'engage à améliorer la qualité de vie des personnes atteintes d'une maladie du rein grâce à des initiatives de sensibilisation, des programmes de soutien et une aide financière. La filiale de Kingston de la Fondation est dirigée par des bénévoles et des employés. Elle

recueil des fonds pour la recherche sur les maladies du rein et les services aux patients.

La Fondation a mis sur pied une ligne gratuite de soutien par les pairs (1 866 390-7337). Des bénévoles ayant suivi une formation spécialisée répondent aux appels. Ils ont prêté un serment de confidentialité et vivent eux aussi avec une maladie du rein. Vous trouverez plus de renseignements à ce sujet dans le bulletin « Diatran » de la Fondation, accessible sur son site Web (www.rein.ca), ou en effectuant une recherche sur Internet à l'aide de mots clés comme dialyse, reins, rénal et hémodialyse.

Pour obtenir plus de renseignements sur la filiale de Kingston de la Fondation canadienne du rein, composez le 613 542-2121.

Planification préalable des soins

Mandataire spécial

Le mandataire spécial prend les décisions concernant vos soins et vos traitements si vous êtes incapable de le faire ou si vous êtes trop malade. Selon la loi ontarienne, nous avons tous automatiquement un mandataire spécial. Si vous souhaitez cette personne vous-même, vous devez signer une procuration relative au soin de la personne.



Procuration relative au soin de la personne

Il s'agit d'un document juridique qui identifie la personne que vous avez choisie pour prendre des décisions concernant vos soins si vous êtes incapable de le faire vous-

même. Elle ne pourra agir comme mandataire spécial que si son nom figure sur ce document.

Le Réseau rénal de l'Ontario a créé un document intitulé *La planification préalable des soins, les objectifs de soins et les décisions relatives au traitement et le consentement éclairé*, qui fournit des renseignements sur la planification préalable des soins. Vous en trouverez un exemplaire dans la salle d'attente.

Pour obtenir plus de renseignements, adressez-vous à votre travailleuse sociale ou travailleur social.

Inscrivez toute autre question ci-dessous :



Transport

Organismes communautaires

Des conducteurs bénévoles travaillant pour des organismes communautaires offrent des services de transport facturés en fonction du nombre de kilomètres parcourus.

Infirmières de l'Ordre de Victoria (VON)

Une aide financière peut être accordée aux personnes vivant sous le seuil de la pauvreté ou près de ce seuil. Les services de transport sont facturés selon le nombre de kilomètres parcourus. Il faut présenter un feuillet T4 pour demander cette aide financière. La demande doit être envoyée directement à VON.



Service de transport adapté

Ce service est offert aux patients ayant besoin d'un dispositif d'aide à la mobilité et qui ne peuvent pas utiliser les services de transport en commun par eux-mêmes. Il n'est pas offert dans toutes les communautés. Le coût est le même que celui des services de transport en commun.

Transport en commun

Pour les patients pouvant les utiliser, les services de transport en commun sont le mode de transport le plus abordable.



Taxi

En général, cette option est utilisée en dernier recours, car elle peut être la plus coûteuse.



Renseignements fiscaux

Crédit d'impôt pour frais médicaux – Vous pouvez demander ce crédit d'impôt non remboursable pour un large éventail de

frais médicaux et de dépenses connexes.

Frais de déplacement – Si vous devez parcourir au moins 40 km (allée simple) à partir de votre domicile pour recevoir des services médicaux, vous pouvez déclarer des frais de déplacement. Si vous devez parcourir plus de 80 km (allée simple), vos frais de déplacement peuvent comprendre le kilométrage, l'hébergement et les repas.

Médicaments sur ordonnance – Vous pouvez déclarer le coût des médicaments sur ordonnance et des médicaments prescrits par un professionnel de la santé et inscrits à votre dossier par un pharmacien. Vous ne pouvez pas déclarer le coût des médicaments en vente libre, les vitamines (sauf la B12) et les suppléments, même s'ils ont été prescrits par un professionnel de la santé.

Crédit d'impôt pour personnes handicapées – Ce crédit d'impôt non remboursable aide les personnes handicapées ou les personnes qui les soutiennent à réduire le montant d'impôt à payer. Si vous ne payez pas d'impôt, vous pouvez transférer ce crédit à votre conjoint ou conjointe ou à une autre personne de soutien.

Pour obtenir plus de renseignements, adressez-vous à votre travailleuse sociale ou travailleur social.

Ce livret a été élaboré par le personnel du Centre des sciences de la santé de Kingston (CSSK).
Le CSSK remercie les nombreux patients et leur famille de leur précieuse contribution à la rédaction de ce livret.

©1998, Hôpital général de Kingston
Tous droits réservés. Mis à jour en avril 2023.

Transformer les soins, ensemble^{MC}

Kingston Health
Sciences Centre

Centre des sciences de
la santé de Kingston



Hôpital
Hôtel Dieu
Hospital



Hôpital Général de
Kingston General
Hospital

76, rue Stuart, Kingston, ON, Canada K7L 2V7

Tél. : 613.549.6666 www.Kingstonhsc.ca N° de l'HGK 41269/2023/04