

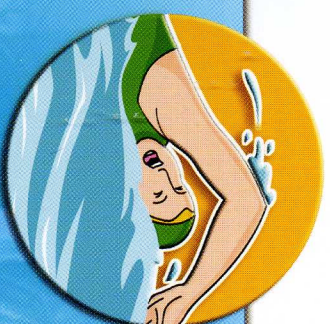
En conclusion

La pratique sportive ne doit certainement pas être déconseillée aux personnes atteintes d'une insuffisance rénale traitée par dialyse. Bien au contraire, elle est recommandée, mais de façon adaptée et sous surveillance régulière médicale (inutile de faire de la compétition !)

Même si des précautions restent à prendre, notamment en ce qui concerne le suivi médical qui doit être strict, faire du sport reste un moyen de se sentir mieux dans son corps et donc mieux dans sa tête...

Les Mémos Roche de l'insuffisant rénal chronique

Le sport et la dialyse



En cas d'insuffisance rénale chronique, la diminution de la fonction des reins s'accompagne souvent d'une anémie.

Chez les personnes en bonne santé, des globules rouges sont détruits et remplacés en permanence. Leur rôle est de transporter l'oxygène provenant des poumons -via la circulation sanguine- vers les organes, y compris les muscles et le cerveau.

La production de globules rouges (érythropoïèse) est stimulée par une hormone fabriquée dans les reins, dont la production chez la personne atteinte d'insuffisance rénale chronique est insuffisante, entraînant une anémie par déficit de fabrication des globules rouges.

Lorsque le sang ne contient pas assez de globules rouges, l'oxygène n'est pas transporté en quantité suffisante vers les organes. Le cœur essaie alors de compenser ce manque en « pompant plus vite », pour qu'une plus grande quantité de sang puisse affluer vers les organes. En conséquence, le cœur subit une surcharge de travail continue. Heureusement, cette anémie peut être combattue grâce à la prescription par votre néphrologue de fer (lorsque il en manque) et d'agents stimulant l'érythropoïèse.

ROCHE remercie pour leur collaboration Monsieur O. Coustère (Association Trans-Forme), le Dr S. Mercier (FNAIR – Fédération Nationale d'Aide aux Insuffisants Rénaux dialysés et transplantés) et le Pr G. Deray (néphrologue).

Roche

52, boulevard du Parc
92521 Neuilly-sur-Seine cedex
Tél. : 01 46 40 51 91
Site internet : www.roche.fr