

La dyspnée

Insuffisance rénale avancée



Vous êtes essoufflé ou vous avez du mal à respirer ? Il se peut que votre insuffisance rénale avancée vous cause de la dyspnée. Cette fiche vous explique ce problème et comment le soulager.

Qu'est-ce que l'insuffisance rénale avancée ?

L'insuffisance rénale se produit lorsque les reins n'arrivent plus à nettoyer le sang. On dit qu'elle est avancée quand les reins ne fonctionnent presque plus.

La dyspnée est l'un des symptômes de l'insuffisance rénale avancée.

Qu'est-ce que la dyspnée ?

La dyspnée est la sensation d'avoir du mal à respirer.

Elle peut être normale après un effort. Elle peut aussi être le signe d'une maladie des poumons, du cœur ou des reins, par exemple.

Quels sont les signes de la dyspnée ?

Voici les signes les plus courants :

- Difficulté à reprendre son souffle
- Impression de devoir faire de grands efforts pour respirer
- Impression de manquer d'air
- Douleur, inconfort ou pression à la poitrine
- Respiration sifflante ou plus rapide
- Cœur qui bat plus vite
- Sentiment de panique et anxiété

Quelles sont les causes ?

La dyspnée peut être causée par :

- Un surplus d'eau dans le corps et les poumons
- Un manque de globules rouges et de fer dans le sang (anémie)
- Une infection des poumons, comme une pneumonie
- Une maladie des poumons, comme l'asthme
- Des caillots de sang dans les poumons (embolie pulmonaire)
- Une maladie du cœur, comme l'arythmie (cœur qui ne bat pas normalement)
- L'anxiété et le stress
- Le tabac

Quels tests dois-je passer ?

Plusieurs tests peuvent confirmer la cause de la dyspnée. Par exemple, vous pourriez devoir faire une prise de sang ou une radiographie des poumons.

Comment traite-t-on la dyspnée ?

Le traitement dépend de la cause. Si la dyspnée est liée à un surplus d'eau dans votre corps, vous pourriez devoir prendre des médicaments qui font uriner (diurétiques) pour éliminer ce surplus.

Si la dyspnée est causée par un autre problème de santé, vous pourriez devoir prendre d'autres types de médicaments. Par exemple, des médicaments pour lutter contre les infections (antibiotiques), pour ouvrir les bronches de vos poumons (bronchodilatateurs) ou pour éclaircir votre sang (anticoagulants).



Vous pourriez aussi avoir besoin d'oxygène. L'oxygène vous sera alors donné par un masque placé sur votre bouche ou par deux petits tubes dans votre nez (lunettes nasales).

Votre équipe de soins vous proposera le traitement pour la dyspnée qui vous convient le mieux, en tenant compte de vos autres problèmes de santé.

Comment puis-je prendre soin de moi à la maison ?

Voici quelques conseils pour mieux gérer la dyspnée :

- Arrêtez de fumer et tenez-vous loin des gens qui fument. Si vous avez besoin d'aide pour arrêter de fumer, parlez-en à votre équipe de soins.
- Planifiez vos activités pour mieux gérer votre énergie.
- Si vous avez des médicaments pour vous aider à respirer, prenez-les avant de faire des activités qui vous essoufflent.
- Lorsque vous faites des activités qui vous essoufflent, prenez des pauses.
- Quand vous êtes assis, tenez-vous droit et penchez-vous un peu vers l'avant. Cela rend le passage de l'air plus facile.

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

- Assoyez-vous près d'une fenêtre ouverte ou devant un ventilateur pour avoir plus d'air.
- Lorsque vous dormez, mettez des oreillers sous votre tête et votre dos.
- Portez des vêtements amples, surtout près du cou.
- Gardez l'air de votre maison humide.
- Méditez ou faites des exercices de relaxation.
- Réduisez le sel et les liquides dans votre alimentation. Pour avoir des conseils à ce sujet, parlez-en à une nutritionniste.



Vos habitudes de vie jouent un rôle important pour soulager la dyspnée et éviter qu'elle s'aggrave.

Quand consulter ?

Si votre état de santé change ou s'aggrave, parlez-en à votre équipe de soins ou appelez la Clinique de protection rénale.

514 890-8410

(du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h)

En dehors de ces heures, vous pouvez appeler la **ligne Santé Patient CHUM** au **514 890-8086** (24 heures sur 24, 7 jours sur 7).



RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca