

# La nausée et les vomissements

## Insuffisance rénale avancée



**Vous avez souvent envie de vomir et vous vomissez parfois ? Il se peut que votre insuffisance rénale avancée vous cause de la nausée et des vomissements. 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 nausée et les vomissements sont l'un des symptômes de l'insuffisance rénale avancée.

### Qu'est-ce que la nausée et les vomissements ?

La nausée est la sensation d'avoir mal au cœur et d'être sur le point de vomir. Elle peut être accompagnée d'étourdissements, de maux de ventre et d'une perte d'appétit. Les vomissements est le fait de sortir par la bouche le contenu de l'estomac. Il pourrait vous arriver de vomir sans avoir de nausée.



### Quels sont les signes ?

La nausée et les vomissements peuvent venir avec d'autres signes :

- Sensation de faiblesse
- Manque de force et d'énergie
- Épuisement
- Difficulté à faire ses activités de tous les jours comme se laver et s'habiller
- Difficulté à se concentrer
- Perte d'intérêt pour les choses que l'on aime

### Quelles sont les causes ?

Quand ils sont liés à l'insuffisance rénale avancée, la nausée et les vomissements peuvent être causés par une trop grande quantité de toxines dans le corps. Cela arrive quand la maladie s'aggrave ou, si vous êtes en dialyse, quand vos traitements ne sont pas suffisants. Ils peuvent aussi être causés par :

- Certains médicaments, comme ceux pour traiter la dépression ou aider à dormir
- Un problème de santé sans gravité et passager, comme une gastro, une infection, une migraine, de la constipation ou du vertige
- Un mauvais contrôle d'une autre maladie chronique, comme le diabète
- Un problème de santé mentale, comme l'anxiété ou le stress

## Comment traite-t-on la nausée et les vomissements?

Des médicaments en vente libre peuvent soulager la nausée et les vomissements. Avant d'en essayer un, parlez-en avec votre équipe de soins. Certains de ces médicaments pourraient ne pas vous convenir.

En cas de nausée, vous pouvez aussi placer un linge humide et froid sur votre front ou votre nuque.

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

Voici quelques conseils pour mieux gérer la nausée et les vomissements.

### REPAS

- Mangez moins et plus souvent.
- Adaptez l'horaire de vos repas. Par exemple, si vous avez envie de vomir tôt le matin, déjeunez plus tard.
- Mangez lentement.
- Ne mangez pas d'aliments gras, épicés ou très sucrés.
- Ne vous allongez pas tout de suite après un repas.



### LIQUIDES

- Buvez assez pour rester hydraté.
- Buvez de 30 à 60 minutes avant ou après vos repas plutôt que pendant.
- Ne buvez pas d'alcool.

### CONSTIPATION

- Si vous êtes souvent constipé, mangez un peu plus de fibres à chaque repas.
- Restez actif.
- Il existe des médicaments contre la constipation. Demandez conseil à leur sujet à votre équipe de soins.

*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.*

### EN GÉNÉRAL

- Gardez votre bouche fraîche. Brossez-vous les dents ou rincez-vous la bouche avec un rince-bouche ou du club soda.
- Gardez l'air de votre maison frais, sans parfum, odeur ou fumée.
- Portez des vêtements amples.
- Essayez des thérapies complémentaires (ex. : gingembre, relaxation, acupuncture).



**Vos habitudes de vie jouent un rôle important pour soulager la nausée et les vomissements et pour éviter qu'ils s'aggravent.**

## 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](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)

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