



Vous allez être dialysé.



Cette brochure vous permettra de mieux comprendre votre état de santé. Votre participation active au traitement est essentielle pour améliorer votre qualité de vie.



Cette brochure a été réalisée par l'équipe soignante
du service d'hémodialyse du Centre Hospitalier Emile Mayrisch
en collaboration avec l'équipe médicale.



| Sommaire

1. Pourquoi devez-vous être dialysé?	4
2. La fistule	4
2.1. Qu'est-ce que la fistule?	4
2.2. Quelles sont les précautions à prendre pour préserver votre fistule?	5
2.3. Comment surveiller votre fistule?	6
2.4. Quand faut-il s'inquiéter?	7
3. Comment se passe une séance de dialyse?	8
4. Quels sont les effets indésirables en cours de séance?	10
5. Quels sont les effets indésirables que vous pouvez ressentir à la maison?	11
6. Comment votre qualité de vie va changer?	12

1. Pourquoi devez-vous être dialysé?

Vos reins malades ne sont plus capables d'éliminer les déchets produits par votre organisme; votre état de santé diminue sévèrement ainsi que votre bien-être. L'hémodialyse est le traitement indiqué et on prélève le sang le plus souvent par une «fistule»!

2. La fistule

2.1. Qu'est-ce que la fistule?

Le chirurgien va fixer une artère à une veine de votre bras. Ainsi la veine va grandir et devenir plus apparente. Artificielle et unique, vous devez la protéger.



2.2. Quelles sont les précautions à prendre pour préserver votre fistule?

Pour préserver votre fistule voici quelques conseils utiles:

- Utilisez un savon doux pour vos soins d'hygiène quotidiens et séchez bien votre peau.
- Préférez la douche au bain. Veillez à ce que la température de l'eau soit inférieure à la température corporelle.
- Ne portez pas vos bijoux et votre montre au bras de la fistule.
- Mettez des pull-overs ou chemises avec des manches larges sans élastique.
- Il existe des manchettes de protection pour les travaux de bricolage.
- Pour laver les carreaux utilisez une raclette.
- Ne vous couchez pas sur le côté de la fistule.
- Informez les infirmières, les médecins et tout autre personnel de la santé que vous consultez sur la présence de la fistule.
- Attendez 6 heures après la séance de dialyse pour prendre une douche.
- Touchez plusieurs fois par jour votre fistule pour sentir les vibrations.
- Préférez le sèche-linge au sol au fil suspendu.



Ce que vous devez à tout prix éviter:



- Lever le bras au-dessus de l'épaule pendant quelques minutes.



- Les mouvements rotatifs et répétitifs du bras, ex.: monter la mayonnaise, tondeuse, couper du bois...
- S'exposer directement au soleil et/ou à toute source de chaleur, ex.: sauna, solarium, barbecue...



Protégez-vous du soleil!

- Utiliser des produits agressifs pour la peau, ex.: dégraissant pour voiture.
- Porter des charges lourdes du côté de la fistule.

2.3. Comment surveiller votre fistule?



Il est important de surveiller votre fistule tous les jours.

Quand:

le matin au lever, le soir au coucher ainsi que après chaque effort.



Comment:

en observant l'aspect de la peau. Elle doit être rosée, sans boutons, sans lésions de grattage et sans écoulement. Au toucher, la chaleur de la peau doit être à peu près celle de l'autre bras. Vous devez sentir à chaque pulsation **une vibration intense** qui s'appelle «**Thrill**». **Le thrill est le signe de bon fonctionnement de la fistule. Elle ne doit pas faire mal.**



2.4. Quand faut-il s'inquiéter?

**SI VOUS PERCEVEZ UNE VIBRATION TRES DIMINUEE OU ABSENTE
CONTACTEZ-NOUS ET VENEZ RAPIDEMENT A L'HOPITAL.**

Il arrive parfois que votre fistule saigne. Dans ce cas:

- Comprimez le point de saignement avec un linge propre, un habit ou les doigts.
- Surélevez le bras.
- Mettez un pansement.
- Évaluez la quantité de sang perdue. Si elle vous semble importante, demandez à quelqu'un (voisin, taxi ou appel 112) de vous amener à l'hôpital.
- Ne restez pas seul.
- En cas de vertiges, allongez-vous et surélevez les jambes. Si le malaise persiste, contactez-nous.
- Si le saignement dure plus de 30 minutes, joignez l'hôpital.



Quelques numéros de téléphone utiles:

Appel d'urgence : 112

Service d'urgence du CHEM : 5711-37000



Tout autre problème est à signaler au médecin du service de dialyse lors de votre prochaine visite.



3. Comment se passe une séance de dialyse?



A chaque séance de dialyse vous serez accueilli et pesé par un(e) infirmier(ère).



Après votre installation sur le lit ou en fauteuil votre tension artérielle est mesurée. L'infirmier(ère) va ensuite désinfecter l'/les endroits de ponction et placer les aiguilles.

La connexion à la machine (ou branchement) est l'étape suivante. La séance de dialyse a commencé.

A travers des tubulures en plastique votre sang est transporté de la fistule par une pompe dans une fibre (le rein artificiel) où les déchets sont éliminés. Le sang filtré au travers du rein artificiel va perdre en potassium, en urée, en créatinines et en phosphore.



Par un mécanisme de pressions, on chasse l'eau et le sel en excès afin d'atteindre un poids idéal. A partir de ce poids il n'y a plus d'œdème, ni de problème respiratoire, ni de problème de tension artérielle. Parfois, ces buts sont cependant difficiles à atteindre.

Pendant les 4 à 5 heures au moins que dure la dialyse, vous pouvez lire, écouter la radio, regarder la télévision, boire et manger, etc. Pendant ce temps l'infirmier(ère) responsable veille au bon déroulement de votre séance en reprenant régulièrement les paramètres de la machine et votre tension artérielle.



La dialyse terminée, l'infirmier(ère) ôte les aiguilles et on comprime un moment les points de ponction. Après cela l'infirmier(ère) applique un pansement.

Nous contrôlerons à nouveau votre tension artérielle et votre poids après la séance de dialyse afin d'évaluer la perte de poids grâce à celle-ci.



Nous vous conseillons de vous reposer un peu après la séance de dialyse car sinon...



4. Quels sont les effets indésirables possibles en cours de séance?

La séance de dialyse va progressivement amener un mieux-être, mais vous allez parfois rencontrer divers désagréments comme:

- Des nausées, ou impression de «mal de mer» dues au stress des premières dialyses et à l'élimination importante de déchets.
- Une chute de la tension artérielle, par exemple si vous prenez trop de poids entre les séances de dialyse.
- Des maux de tête en fin de séance dus à une variation importante de la tension artérielle ou une grande différence entre les taux d'urée avant et après la dialyse.
- Des crampes des muscles dues à un manque de sel; ceux-ci sont moins bien vascularisés pendant un court moment.
- Une infection locale car malgré l'utilisation courante de désinfectants, votre corps est unique et réagira à sa façon.
- Des sensations de brûlures, de fourmillements ou d'engourdissement, essentiellement aux mains, pieds et au visage, parfois dues à une chute de la tension.
- C'est pourquoi, dès que vous vous sentez bizarre, différent ou que vous bâillez beaucoup, il faut en avvertir tout de suite le personnel infirmier qui pourra agir très vite et prévenir ce genre de malaise.



5. Quels sont les effets indésirables que vous pouvez ressentir à la maison?

Afin d'adapter au mieux votre programme de dialyse, signalez-nous l'apparition de symptômes que vous ressentez à la maison tels que:

- fatigue
- difficultés à respirer
- démangeaisons
- chatouillements
- troubles de la marche
- troubles sexuels
- diminution de la quantité d'urine
- haleine à l'odeur d'ammoniaque
- manque d'appétit
- nausées
- troubles du sommeil

6. Comment votre qualité de vie va changer?

Vous allez progressivement vous sentir de mieux en mieux.

Vous pourrez reprendre vos activités quotidiennes habituelles. En accord avec l'équipe médicale vous pouvez faire du sport comme la natation, le cyclisme, le jogging...



Même en étant dialysé, vous avez la possibilité de partir en vacances. De nombreux centres de dialyse ici ou à l'étranger pourront vous accueillir sur demande.



L'équipe de dialyse espère avoir répondu à la plupart de vos questions concernant la fistule et la séance d'hémodialyse et vous accompagnera tout au long de vos séances.