

Des reins solides

Chacun de nos deux reins pèse à peine 140 grammes. Étonnant, donc, qu'un aussi petit organe soit le siège d'importants processus de recyclage très complexes.

Que se passe-t-il dans nos reins?

Au nombre de deux, les reins sont des organes de couleur rouge-brun en forme de haricot. Leur tâche est d'éliminer via l'urine les toxines et autres résidus du métabolisme. Ils assurent aussi l'équilibre en sels et en eau de l'organisme en filtrant l'eau et d'autres substances excédentaires hors du sang. Les reins se trouvent dans la partie postérieure de l'espace abdominal, des deux côtés de la colonne vertébrale, à la hauteur des côtes inférieures. En raison de la place occupée par le foie, le rein droit est situé un plus bas que le gauche chez la plupart des gens. Chaque rein a une longueur d'environ 10 centimètres et une épaisseur de 2,5 centimètres et pèse près de 140 grammes.

Ces petits organes ont deux faces, externe et interne, ainsi qu'un espace creux intérieur (le bassinnet) relié à l'uretère. Les reins sont entourés d'une enveloppe protectrice, la capsule rénale. Laquelle est elle-même enveloppée d'une couche de tissu adipeux. Les reins sont reliés à la paroi postérieure de l'abdomen par une couche de tissu conjonctif et surmontés des glandes surrénales, qui ont une forme de petit chapeau.

Les unités fonctionnelles des reins sont des structures microscopiques appelées néphrons. On estime que chaque rein en contient environ 1,2 million. Chaque néphron est lui-même constitué d'un glomérule et de tubules. Les deux structures filtrent le sang et produisent un liquide qui contient des sels minéraux, des toxines et de l'eau. Chez un individu adulte, quelque 1500 litres de sang passent chaque jour dans les deux reins. Des substances importantes sont filtrées hors du substrat restant et réintroduites à 99 % dans le circuit sanguin afin d'être réutilisées par l'organisme. Le pour cent restant, soit environ 1,25 litre par jour, passe par le bassinnet avant d'être transporté vers la vessie sous forme d'urine.

Comment faire du bien aux reins?

Martin Tschumi, droguiste dipl. ES et propriétaire de la droguerie Droga Tschumi de Soleure, vous livre ses conseils pour préserver la santé de vos reins.

– En prévention, veillez à consommer suffisamment de liquide, surtout de l'eau.
– Gardez si possible vos reins au chaud. Vous pouvez par exemple utiliser une ceinture lombaire ou un chauffe-reins.

– Comme les problèmes rénaux s'accompagnent souvent d'une cystite, le jus d'airelles rouges peut être utile en prévention.

– les aïelles se trouvent aussi sous forme de granulés et de comprimés.

– En cas de troubles rénaux, les tisanes ou les extraits de bouleau et d'ortie sont recommandés pour leurs effets diurétiques et drainants. Le pissenlit est aussi souvent utilisé dans ce but.

– Si les troubles persistent, vous devez absolument consulter un médecin.

L'histoire des dons d'organes issus de donneurs vivants

En Suisse, la première greffe d'un organe à partir d'un donneur vivant a été pratiquée le 7 février 1966, au Bürgerspital de Bâle. Il s'agissait d'un rein d'une mère pour son fils. Cinq mois plus tard, le Prof. Ake Senning réalisait à Zurich la deuxième transplantation d'un rein prélevé sur un donneur vivant. Peu d'années après, le professeur Senning est devenu un opposant catégorique du don d'organe issu d'un donneur vivant. Ses raisons étaient les préoccupations éthiques: le premier but de l'activité médicale est de ne pas nuire à l'être humain confié. Or le prélèvement d'organe sur une personne vivante entraîne plus que rarement des complications. Le rejet ainsi fondé du don d'organes issus d'un donneur vivant a été repris par le successeur d'Ake Senning, le Prof. Felix Largiadèr, un des pionniers de la transplantation d'organes en Suisse, et appliqué jusqu'à son départ à la retraite. C'est pourquoi presque au-

cune greffe rénale à partir d'un donneur vivant n'a été pratiquée au centre de transplantation zurichois pendant plus de deux décennies. Dans un numéro spécial du Bulletin des médecins suisses, on peut lire: «Tout prélèvement d'organe sur un donneur vivant équivaut à une lésion corporelle au sens du droit civil et pénal.» Cela n'était pas sans poser problème parce qu'en même temps, des dons d'organes de donneurs vivants étaient pratiqués dans d'autres centres suisses. Le successeur de Largiadèr, le Prof. Pierre-Alain Clavien a mis fin au problème. Sous sa direction, les dons de donneurs vivants ont été réintroduits.

Texte: Ann Schärer / trad: cs

Illustration: Christian Kitzmüller

Les reins sont les stations d'épuration du corps. Jour après jour, ils libèrent notre sang des substances toxiques et des déchets.

