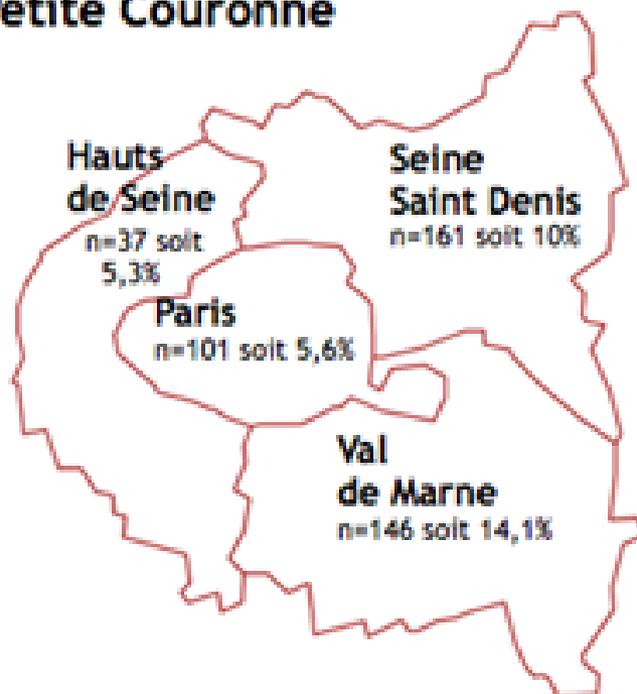


REPARTITION DES REpondANTS

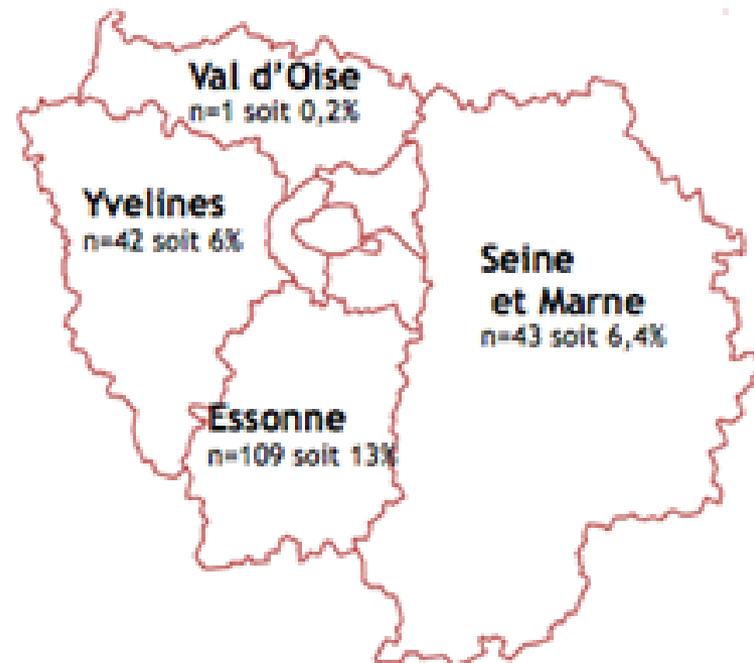
EN IDF rapport REIN 2016

- ❑ 642 réponses
- ❑ 41 unités de dialyse d'Ile de France
- ❑ 92,7% (n=595) version papier

Petite Couronne



Grande Couronne



DESCRIPTION DES PATIENTS

Age médian [min ; max]	62,5 ans [20;95]
Sexe	236 femmes (37,2%) 399 hommes (62,8%)
IMC	25,53 kg/m ² [16;58,95]
Antécédent de diabète	196 (30,9%)
Antécédent de greffe rénale	113 (17,7%)
Tabagisme	81 (12,7%)
Activité professionnelle	140 (21,8%)
Mobilité/marche - sans aide :	524 (83,4%)
- canne/déambulateur :	96 (15,3%)
- grabataire :	8 (1,3%)
Mode de transport	
- ambulance :	113 (20%)
- VSL/taxi/véhicule personnel :	407 (72,2%)
- Transport en commun :	32 (5,7%)
- A pied/en vélo :	12 (2,1%)
Pratique d'une AP antérieure à la dialyse	323 (51,9%)

MODALITÉS DE DIALYSE

Ancienneté de dialyse	- < 1an : 133 (21%) - 1 à 5 ans : 348 (55,1%) - 5 à 10 ans : 92 (14,6%) - > 10 ans : 59 (9,3%)
Dialyse péritonéale	- 50 (7,8%)
DPA	- 31 (62%)
DPCA	- 17 (34%)
Technique non précisée	- 2 (4%)
Hémodialyse	- 592 (92,2%)
Dialyse à domicile	- 7 (1,2%)
Nombre de séance d'HD par semaine	- 2/semaine : 5 (0,9%) - 3/semaine : 557 (94,9%) - 4/semaine : 6 (1%) - 5/semaine : 11 (1,9%) - 6/semaine : 8 (1,4%)
Nombre d'heures par séance d'HD	- < 3h : 20 (3,4%) - 3 à 5h : 567 (96,6%)

Questions	Réponses possibles	Effectif	Pourcentage	Score
1) Vous considérez vous comme :	1. Très actif et de caractère sportif	63	10,1%	3
	2. Moyennement actif physiquement	237	38%	2
	3. Plutôt peu actif physiquement	203	32,5%	1
	4. Franchement sédentaire	121	19,4%	0

2) Considérez-vous que vos activités quotidiennes (sociales et/ou professionnelles : déplacements, manutentions, bricolage, courses, ménages, vaisselle, repassage...) correspondent :	1. A une sollicitation physique intense	62	10%	3
	2. A une sollicitation physique moyenne	235	37,9%	2
	3. A une sollicitation physique modérée	226	36,5%	1
	4. A l'absence de sollicitation physique véritable	97	15,6%	0
3) Vos activités quotidiennes vous prennent environ :	1. Plus de 10 heures par semaine	159	26,2%	4
	2. Entre 6 et 10 heures par semaine	106	17,5%	3
	3. Entre 2 et 6 heures par semaine	165	27,2%	2
	4. Moins de 2 heures par semaine	100	16,5%	1
	5. Aucun temps consacré par semaine	77	12,7%	0

4) L'activité sportive ou de loisir que vous exercez est :	1. De forte intensité : fatigue musculaire importante	25	4,1%	3
	2. D'intensité modérée : fatigue musculaire modérée	153	25,1%	2
	3. D'intensité légère : sans fatigue musculaire	143	23,5%	1
	4. Vous n'en exercez pas	288	47,3%	0
5) Vous avez l'habitude de pratiquer cette ou ces activités (sport, loisir) :	1. Quotidiennement	34	5,6%	4
	2. 3 à 6 fois par semaine	67	11%	3
	3. 1 à 2 fois par semaine	98	16,1%	2
	4. De façon irrégulière	135	22,1%	1
	5. Jamais	276	45,2%	0
6) La durée moyenne de vos séances d'activité physique (sport, loisir) :	1. 60 minutes et plus	94	15,5%	4
	2. 30 à 60 minutes	99	16,3%	3
	3. 15 à 30 minutes	104	17,2%	2
	4. Moins de 15 minutes	40	6,6%	1
	5. Aucune activité	269	44,4%	0
7) Combien de mois par an exercez-vous cette ou ces activités (sport, loisir) ?	1. Plus de 9 mois	140	23,3%	3
	2. entre 4 et 9 mois	89	14,8%	2
	3. Moins de 4 mois	96	15,9%	1
	4. Jamais	277	46%	0

MODALITÉS DES PRATIQUES DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Question	Modalité	Effectif	Pourcentage
Pratique de l'AP	-seul	179	67,8%
	-en groupe	85	32,2%
Pratique la compétition	-oui	8	2,7%
	-non	286	97,3%
Néphrologue informé	-oui	123	42,40%
	-non	167	57,60%
Certificat médical autorisant l'AP	-oui	31	10,80%
	-non	255	89,2%
Conseils de spécialistes de l'AP	-oui	38	13,00%
	-non	255	87,00%
Pratique un échauffement	-oui	92	32,7%
	-non	189	67,30%
Pratique des étirements	-oui	91	32,00%
	-non	193	68,00%
En DP, pratique l'AP	-«ventre plein»	15	60%
	-«ventre vide»	5	20%
	-indifférent	5	20%
En HD, pratique l'AP	-jours de dialyse, avant séance	42	17%
	-jours de dialyse, pendant séance	3	1,2%
	-jours de dialyse, après séance	22	8,9%
	-en dehors des jours de dialyse	220	89,1%

CONSÉQUENCES DE LA PRATIQUE DE L'AP

Conséquence		Effectif	Pourcentage
Amélioration de l'humeur	Tout à fait d'accord	116	40,80%
	Plutôt d'accord	86	30.3%
	Avis partagé	50	17.6%
	Plutôt pas d'accord	14	4.9%
	Pas du tout d'accord	18	6.3%
Amélioration de la forme physique	Tout à fait d'accord	123	44.1%
	Plutôt d'accord	99	35.5%
	Avis partagé	45	16,10%
	Plutôt pas d'accord	6	2.2%
	Pas du tout d'accord	6	2.2%
Complications médicales	Oui	25	9,10%
	Non	250	90,10%
Modification de l'appétit	Augmentation	58	20,90%
	Diminution	23	8.3%
	Pas de modification	158	56.8%
	Vous ne savez pas	39	13.9%
Modification du poids	Augmentation	35	12.7%
	Diminution	56	20.4%
	Aucun changement	145	52.7%
	Vous ne savez pas	39	14,2%
Modification des apports hydriques	Oui	121	43.7%
	-avant l'AP	5	14,7%
	-pendant l'AP	29	85,3%
	-après l'AP	77	69,4%
	Non	122	44,0%
	Vous ne savez pas	34	12,3%

CONNAISSANCES DES PATIENTS CONCERNANT L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Question	Réponse parmi l'effectif total	Réponse parmi l'effectif qui pratique une AP	Réponse parmi l'effectif qui ne pratique pas d'AP
L'AP est-elle bénéfique pour la santé ?	Oui : 67,7% Non : 4,9% Ne sait pas : 27,4%	Oui : 79,5% Non : 3,2% Ne sait pas : 17,3%	Oui : 56,7% Non : 6,6 % Ne sait pas : 36,7%
Recommanderiez-vous de pratiquer une AP ?	Oui : 63,3 % Non : 5,7 % Ne sait pas : 31%	Oui : 76,5% Non : 3,6% Ne sait pas : 19,9%	Oui : 51% Non : 7,6% Ne sait pas : 41,4%
Pour quelles raisons recommanderiez-vous la pratique d'une AP ?	-se sentir mieux physiquement : 71,7% -se sentir mieux psychologiquement : 56,5% -améliorer son état de santé : 60,3% -rencontrer d'autres personnes : 30,2% -autres : 1,1%	-se sentir mieux physiquement : 76,7% -se sentir mieux psychologiquement : 62,3% -améliorer son état de santé : 60% -rencontrer d'autres personnes : 29,3% -autres : 1,4%	-se sentir mieux physiquement : 64,7% -se sentir mieux psychologiquement : 48,4 % -améliorer son état de santé : 60,8% -rencontrer d'autres personnes : 31,4% -autres : 0,7%

OBSTACLES À LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE SELON LES PATIENTS HÉMODIALYSÉS

Type d'obstacle	Effectif n= 522	Pourcentage
Fatigue	319	61,1%
Essoufflement	205	39,3%
Faiblesse musculaire	184	35,2%
Manque de motivation	176	33,7%
Fistule	140	26,8%
Douleur	98	18,8%
Manque de temps	97	18,6%
Peur de se blesser	85	16,3%
Manque d'information, de conseil	69	13,2%
Cathéter	43	8,2 %
Autres	34	6,5 %

OBSTACLES À LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE SELON LES PATIENTS EN DIALYSE PÉRITONÉALE

Type d'obstacle	Effectif n= 41	Pourcentage
Fatigue	20	48,8%
Faiblesse musculaire	15	36,6%
Essoufflement	14	34,1%
Manque de motivation	12	29,3%
Manque de temps	10	24,4%
Cathéter	9	22 %
« Ventre plein »	9	22 %
Douleur	6	14,6 %
Manque d'information, de conseil	3	7,3 %
Autres	3	7,3 %
Peur de se blesser	2	4,9%

SUGGESTIONS DES PATIENTS POUR DEVELOPPER L'ACTIVITE PHYSIQUE

Type de suggestion	Effectif = 506	Pourcentage
Conseils par des néphrologues	304	60,1 %
Clubs de sport ouverts aux dialysés avec des professionnels formés aux pathologies chroniques	159	31,4 %
Conseils par des professionnels de l'activité physique	155	30,6 %
Salles et équipements au sein des centres de dialyse	146	28,9 %
Conseils d'autres patients dialysés	126	24,9 %
Encadrement des séances d'activité physique par des professionnels	119	23,5 %
Conseils diététiques	110	21,7 %
Prescriptions avec ordonnance d'activité physique	100	19,8 %
Pratique d'activité physique pendant les séances d'HD	52	10,3 %
Applications mobiles dédiées	46	9,1 %
Autres	39	7,7 %

REMERCIEMENTS

- **PAULINE MOREL** : Néphrologue
- **PRESCILLIA PIRON**: Médecin de Santé Publique
- **VINCENT LEROUX**: Médecin de Santé Publique – Hôpitaux de Saint Maurice- Institut de santé urbaine
- **PABLO SANTAMARIA**: Président Formitel
- **CHARLES CHAZOT**: Néphrologue – Country Medical Director NephroCare France
- **LES NÉPHROLOGUES D'ILE DE FRANCE**
- **OLIVIER COUSTERE**: Président de Trans-Forme
- **JEAN CLAUDE VERDIER**: Cardiologue du Sport - Institut Cœur Effort et Santé
- **LES PATIENTS DIALYSES**