



## INFORMATIONS THÉRAPEUTIQUES

---

# GUIDE DE PRÉVENTION DU RISQUE INFECTIEUX APRÈS GREFFE RÉNALE

QUELQUES RÈGLES DANS LA VIE DE TOUS LES JOURS  
POUR ÉVITER LES AGENTS INFECTIEUX PROBLÉMATIQUES !



PÔLE MÉDECINES SPÉCIALISÉES

SERVICE DE NÉPHROLOGIE  
SERVICE DES MALADIES INFECTIEUSES ET RÉANIMATION MÉDICALE

## APRÈS LA GREFFE, POURQUOI SUIS-JE PLUS SUSCEPTIBLE DE FAIRE DES INFECTIONS ?

*À la suite de la greffe, je vais prendre un traitement indispensable pour éviter le rejet de mon greffon par mon système immunitaire.*

*Ce traitement est dit "immunosuppresseur" car il diminue partiellement l'efficacité de mes défenses immunitaires. En conséquence, je suis moins protégé(e) contre certains agents infectieux.*

*Le risque d'infection est plus important au début de la greffe car mon traitement immunosuppresseur est plus intense.*

*Ensuite, le risque d'infection diminue, mais il reste toujours supérieur à la population générale. C'est pourquoi mon entourage et moi-même devons être plus vigilants vis-à-vis des agents infectieux pour diminuer mon risque d'infection.*

## SE VACCINER POUR PRÉVENIR CERTAINES INFECTIONS GRAVES !

- **Contre la grippe**, tous les ans, pour moi-même et mon entourage vivant sous le même toit, afin de me protéger au mieux. Si je suis vacciné(e) contre la grippe, je ferai une grippe moins sévère.
- **Contre le pneumocoque**, responsable de pneumonies et méningites.
- **Contre le virus de l'hépatite B**.

Une fois greffé(e), je devrai me vacciner plus souvent que la population générale contre la diphtérie, le tétanos et la poliomyélite : **tous les 10 ans**.

Avant d'être greffé(e), je me mets à jour des vaccins vivants qui me seront contre-indiqués après la greffe : **varicelle, rougeole**, et si je veux voyager loin dans plusieurs années, fièvre jaune ! Et je note tout sur ma carte de vaccination.



## S'HABITUER À CERTAINS GESTES POUR LIMITER LES INFECTIONS (PRINCIPALEMENT VIRALES) !

**J'évite d'être en contact** avec quelqu'un présentant des signes ORL et respiratoires aigus (toux avec crachats et fièvre, écoulement nasal, douleur pharyngée).

**Je me lave les mains** au savon (ou avec un gel désinfectant acheté en pharmacie) pour me désinfecter les mains après avoir été dans un endroit confiné, après avoir serré la main ou m'être occupé(e) de quelqu'un présentant des signes d'infection digestive ou respiratoire, avant de manger et après être allé(e) aux toilettes.

**Je possède quelques masques** de soins (chirurgicaux) achetés en pharmacie.



## PRÉCAUTIONS

### VIS-À-VIS DU RISQUE FONGIQUE (CHAMPIGNONS) À LA MAISON !

**Je laisse plutôt mon entourage s'occuper :**

- du compost, de repoter les plantes et ramasser les feuilles mortes ;
- de nettoyer les moisissures (cave, salles de bains) ;
- du poulailler et de la grange.

Si je souhaite m'en occuper, **j'utilise un masque** de type FFP2 (achat en magasin de bricolage) et je porte des gants.

**Je ferme les fenêtres** en cas de travaux (chantier avec émanation de poussières) à proximité de mon domicile et **je mets un masque** de type FFP2 si je marche à proximité immédiate du chantier.

**Le risque est plus important dans la 1<sup>re</sup> année qui suit la transplantation, c'est le moment où il faut être le plus vigilant.**

## J'ADAPTE MON ALIMENTATION POUR ÉVITER CERTAINES INFECTIONS

La fonction rénale s'améliorant avec la transplantation, le potassium ou le phosphore par exemple sont mieux éliminés et les recommandations alimentaires évoluent.

**Il faut désormais être vigilant** à éviter certaines infections potentiellement transmises par l'alimentation.

**Concernant la consommation d'eau**, il est sans risque de boire l'eau de ville (qui est régulièrement contrôlée) et il n'est pas nécessaire de consommer de l'eau en bouteille ; il faut par contre éviter l'utilisation des carafes filtrantes. En voyage en pays à ressources limitées, je suis plus vigilant vis-a-vis de l'usage de l'eau (à utiliser en bouteille) et j'adopte les précautions d'hygiène de base.

**J'évite certains produits** de charcuterie (jambon cru, produits en gelée, foie gras, pâté, rillettes...), certains produits de la mer non cuits (poissons fumés, tarama, coquillages crus...), les produits laitiers au lait cru ou non pasteurisés et les œufs crus.

**Je me lave les mains après manipulation** de tous les types d'aliments et après avoir nettoyé les ustensiles de cuisine et les plans de travail qui ont été en contact avec des aliments non cuits.

**Je respecte les dates limites de consommation** et les conditions de stockage, notamment de température, indiquées par le fabricant sur les emballages. Je maintiens la température du réfrigérateur entre 0°C et +4°C.

## JE ME DÉPISTE ET ME FAIS SUIVRE POUR ÉVITER CERTAINES INFECTIONS !

Mon corps est composé d'autant de bactéries que de cellules. Dans certaines conditions (problème dentaire, lésion colique, plaie), les bactéries qui cohabitent avec moi peuvent devenir pathogènes et responsables d'infections sévères.

Il est nécessaire que **je consulte mon dentiste régulièrement** (au minimum une fois par an).

À partir de 50 ans, je réalise **tous les 2 ans le dépistage de sang** dans les selles qui m'est proposé par l'assurance maladie. Je consulte mon médecin traitant pour qu'il me remette le test.

**Si je me fais une plaie**, je la nettoie quotidiennement avec de l'eau et du savon. Je consulte mon médecin traitant pour évaluer le type de pansement nécessaire et pour que les soins soient réalisés par un(e) infirmier(e). Je mets des gants, un pantalon et des chaussures fermées pour jardiner.



# CONSULTATION

Consultation de prévention du risque infectieux  
dédiée aux personnes immunodéprimées :

le mardi une fois par mois  
CHU Rennes • Pavillon Louise Bodin

Prenez rendez-vous au :

**02 99 28 95 64**

## PÔLE MÉDECINES SPÉCIALISÉES

SERVICE DE NÉPHROLOGIE  
SERVICE DES MALADIES INFECTIEUSES  
ET RÉANIMATION MÉDICALE

---

HÔPITAL PONTCHAILLOU  
VILLAGE MÉDICAL

2 rue Henri Le Guilloux • 35033 Rennes cedex 9

Tél. : 02 99 28 95 64