

Bicarbonate de sodium

(en comprimé ou en poudre)

Secteur de néphrologie

À quoi sert le bicarbonate de sodium?

- Normalement, les reins éliminent l'excès d'acide du sang dans l'urine. Par contre, lorsque les reins fonctionnent moins bien, ils éliminent moins bien ces déchets acides. Votre sang peut donc devenir trop acide. On appelle cette condition : l'acidose.
- L'acidose peut entraîner des symptômes comme des nausées, de la fatigue. Elle peut aussi causer de l'hyperkaliémie (trop de potassium dans le sang), des problèmes osseux et musculaires.
- Le bicarbonate est utilisé pour corriger l'acidose. Il agit en neutralisant l'excès d'acidité dans le sang.

Comment prendre le médicament ?

- Le bicarbonate de sodium est pris par la bouche, soit en comprimé ou en poudre («petit vache», bicarbonate de soude Arm & Hammer^{md}).
- La dose de bicarbonate peut varier d'une personne à l'autre et dans le temps. Elle est ajustée selon vos prises de sang.
- **Bicarbonate en poudre** : Il est important de mesurer la quantité de poudre avec des cuillères à mesurer rases (cuillères à mesurer de cuisine). Diluez la poudre dans un peu d'eau avant de la boire.
- **Bicarbonate en comprimé** : Avalez vos comprimés avec un peu d'eau.

Quel est le suivi nécessaire?

- Des prises de sang vous seront prescrites pour vérifier le niveau d'acidité dans votre sang. Cela permettra d'ajuster vos doses selon vos résultats.

Précautions générales

- Le bicarbonate peut interagir avec certains de vos médicaments en diminuant leur absorption. Vérifiez auprès de votre pharmacien pour déterminer le meilleur moment de prise de votre bicarbonate.
- Si vous oubliez une dose et que vous vous en apercevez le jour même, prenez la dose oubliée dès que possible. Toutefois, si vous avez plus d'une dose par jour et qu'il est presque l'heure de la prochaine dose, sautez la dose oubliée. **Ne doublez pas la dose de bicarbonate de sodium** pour compenser une dose oubliée.

Quels sont les effets secondaires possibles?

- Le bicarbonate est généralement bien toléré. Il peut causer certains effets indésirables gastro-intestinaux comme des ballonnements, des crampes abdominales ou des nausées.
- Comme le bicarbonate de sodium contient du sodium, il est possible qu'il cause une augmentation de l'enflure (ex. au chevilles, pieds, visage).
- Avisez vos professionnels de la santé de votre clinique de suivi spécialisée (PREVOIR ou dialyse) ou votre pharmacien pour vous aider à gérer la situation.

La consommation de fruits et de légumes est recommandée pour favoriser un contrôle de l'acidité dans le sang. Consommer plus de protéines végétales en remplacement des protéines animales peut aussi aider! Certaines eaux gazeifiées sont aussi des options intéressantes.

Vérifiez auprès de votre nutritionniste de néphrologie!