

# Exemple de référentiel de compétences insuffisance rénale chronique

## LES COMPETENCES D'AUTO-SOINS

### Anatomie, physiologie

Repérer son anatomie  
S'expliquer la fabrication de l'urine et son passage dans l'appareil urinaire  
Etablir le lien entre l'alimentation, les boissons et le rein  
Comprendre à quoi sert le rein

### Maladie

S'expliquer ce qu'est l'insuffisance rénale  
Repérer les signes dans son corps  
Adapter de façon adéquate les situations pratiques de la vie quotidienne :  
activités sportives, hygiène de vie, voyages à son état de santé  
Repérer les signes d'alerte

### Traitement

Comprendre et s'expliquer son traitement  
Lire son ordonnance  
Repérer comment prendre ses traitements de façon adaptée  
Etablir le lien entre les traitements et le rôle du rein  
Comprendre l'intérêt du suivi médical et de la prévention, citer les éléments de suivi et de prévention

### Diététique

Expliquer les grandes lignes de la composition d'un repas équilibré  
Favoriser l'oralité  
Repérer les groupes d'aliments contenant des protéines (potassium et phosphore en fonction des objectifs du groupe)  
Repérer les aliments riches en sel et les sources d'apport hydrique  
Adapter les apports hydriques, protéiques, potassique, phosphore en fonction de ma situation

## LES COMPETENCES D'ADAPTATION PSYCHO SOCIALE

Apprendre à gérer l'espace : celui des autres et le sien  
Communiquer, transmettre  
S'adapter au regard des autres  
Exprimer ses émotions  
Exprimer son ressenti, ses préoccupations sur sa maladie  
Etre capable de s'autoriser des projets  
Etre capable de confier son enfant  
Repérer ses besoins et ses ressources, solliciter l'aide de son entourage  
Exprimer ses sentiments relatifs à la maladie et mettre en œuvre des conduites d'ajustement  
Utiliser le système de soins, faire valoir ses droits  
Analyser les informations sur sa maladie et son traitement