



Arrêter de fumer

Le tabac augmente fortement le risque de développer un cancer du rein.

- > Les substances toxiques du tabac passent par les reins
- > Arrêter de fumer, même après de nombreuses années, diminue le risque



Limiter le surpoids et l'hypertension

Le surpoids, l'obésité et la pression artérielle élevée sont des facteurs de risque reconnus.

- > Adopter une alimentation équilibrée et faire de l'exercice régulièrement aide à protéger vos reins.

COMMENT RÉDUIRE LE RISQUE DE CANCER DU REIN ?

Le cancer du rein est le 6^{ème} cancer le plus fréquent France.
Il est le plus souvent découvert par hasard alors qu'il n'y a pas ou peu de symptômes.



Consulter en cas de facteur de risque ou de doute

Certaines personnes sont plus à risque :

- > **Antécédents familiaux de cancer du rein,**
- > **Maladies rénales chroniques ou dialyse.**

Parlez-en à votre médecin pour envisager un suivi adapté.