



salute | *prevenzione*

NEANCHE I RENI *amano* *i calcoli*



Possono essere dolorosi
e mettere a repentaglio
la **funzione filtro**
di questi preziosi organi

Servizio di Cesare Betti.



Con la consulenza della dottoressa
Maria Chiara Sighinolfi, specialista
in Urologia all'Ass. Santi Paolo
e Carlo (Mi) e all'Aoi di Modena (Mo).

Si formano nell'apparato urinario
e possono essere causa di **forti dolori**
all'addome. Si tratta dei calcoli ai reni
che, se trascurati, possono danneggiare la
funzione renale. Per questo motivo, è bene
scoprire le cause che hanno provocato
il disturbo e rimuoverle.

Simili a sassolini

I calcoli sono formazioni solide, simili
a sassolini, che si formano nell'apparato
urinario in seguito all'accumulo di alcune
sostanze presenti nell'urina.

- * Quelli più frequenti sono i calcoli di **ossalato di calcio**, più di un terzo di tutti i casi, mentre quelli di **acido urico** sono meno frequenti, circa il 15% del totale.
- * I calcoli renali, anche di grosse dimensioni, possono non essere i più dolorosi: il dolore, infatti, è la conseguenza della discesa del calcolo nelle vie urinarie inferiori, dove può **provocare ostruzione**, fino a bloccare il passaggio dell'urina.

SPESSO NON SI BEVE ABBASTANZA

I calcoli sono prodotti dall'eccessiva
concentrazione di sali di calcio o di altre
sostanze nell'urina: quando sono in
quantità eccessiva rispetto al liquido,
possono formare dei sedimenti. Questo
accade se si beve meno del necessario,
oppure se si fanno abbondanti sudate
tanto da diminuire la quantità di liquidi
nell'organismo. Se i sali si aggregano si
forma un conglomerato cristallino
che via via aumenta di volume,
fino a formare
il calcolo.

A volte sono silenziosi... ... altre scatenano una colica

In genere, il calcolo si forma nel rene,
in punti dove non crea ostruzioni al
passaggio di urina.

- * In questo caso, può rimanere silente e non dare segni della sua presenza anche per molto tempo, provocando solo lievi disturbi come **sensò di peso** o di fastidio nella regione lombare, specie in occasione di sforzi fisici.
- * Se il calcolo non viene scoperto presto, però, può aumentare di dimensioni e/o muoversi e incunearsi verso le vie urinarie inferiori, creando un **ostacolo al flusso di urina**, condizione che se trascurata può danneggiare la funzione e la struttura del rene.

Quando il calcolo discende verso l'uretere,
il dolore compare **improvviso e lancinante**,
si irradia dalla zona lombare del rene
interessato fino all'addome e agli organi
genitali.

- * Si tratta della colica, che può essere accompagnata da ipotensione arteriosa, **nausea e vomito**. Il dolore può durare diverse ore, e si interrompe o termina quando il calcolo arriva alla vescica, cioè quando si risolve l'ostruzione al flusso di urine nell'uretere.

→ I CALCOLI NEL

Data: 29.10.2021 Pag.: 24,25,26
Size: 1698 cm2 AVE: € 25470.00
Tiratura: 123540
Diffusione: 57865
Lettori: 526000



I tempi di formazione dei calcoli variano in base a fattori costituzionali e dietetici di una persona, ambientali (come il clima e il tipo di lavoro) e, soprattutto, alla quantità di liquidi introdotti ogni giorno.

I SEGNAI DELLA LORO PRESENZA

Il primo segno della calcolosi spesso è proprio la colica renale, un forte dolore conseguenza di un'ostruzione acuta alle vie urinarie da parte di un calcolo che si è spostato nell'uretere. Oltre al dolore, possono essere presenti anche nausea e vomito. La maggior frequenza a urinare associata al bruciore sopraggiunge quando il calcolo scende fino alla vescica. Infine, possono essere presenti tracce di sangue nelle urine, anche se non visibili a occhio nudo.

Ce ne sono diversi tipi

I calcoli non sono tutti uguali, ma si differenziano tra loro per quanto riguarda dimensioni, forma e sede in cui compaiono.

Le dimensioni

A volte possono avere dimensioni molto piccole, non superiori a pochi millimetri, oppure raggiungere anche **2 centimetri** di diametro e oltre.

★ Alcuni, poi, sono così piccoli che è più corretto parlare di agglomerati di sali minerali. Si tratta della cosiddetta "renella", termine che indica piccole formazioni **simili a sabbia**.

La forma

La forma dei calcoli può cambiare notevolmente, anche se la maggior parte di essi è **rotondeggiante**.

★ Quelli di dimensioni maggiori possono avere un aspetto **ramificato** e sono i cosiddetti calcoli "a stampo", perché sembrano ricalcare la forma del sistema di raccolta dell'urina all'interno del rene.

La sede

Questi sassolini si localizzano a livello dei **reni** e allora si parla di calcoli renali.

Quando, invece, si trovano nell'**uretere**, si parla di calcoli ureterali, mentre se raggiungono la **vescica** di calcoli vescicali.

★ A volte, nell'uomo possono incunearsi nella parte terminale del sistema escretore, l'uretra, dando luogo ai calcoli uretrali.

30-60% DEI CASI POSSONO RICOMPARIRE ENTRO 5 ANNI DALLA PRIMA DIAGNOSI

Data: 29.10.2021 Pag.: 24,25,26
Size: 1698 cm2 AVE: € 25470.00
Tiratura: 123540
Diffusione: 57865
Lettori: 526000



salute | *prevenzione*

I controlli utili

I controlli periodici dei reni e di tutto l'apparato urinario sono importanti per diagnosticare precocemente la presenza di eventuali calcoli, in particolare nelle persone che hanno già avuto un episodio di colica renale in passato. Ecco l'elenco degli esami più utili.

» Gli esami del sangue

Con un semplice prelievo di sangue è possibile valutare la **funzionalità renale**, che può essere alterata se sono presenti alcune condizioni, mentre l'emocromo è utile per valutare eventuali stati infettivi associati.

» L'analisi delle urine

Si effettua mediante un campione di urine e serve a individuare alterazioni **fisiche e chimiche** dell'urina (densità e pH), nonché la presenza di sangue e/o infezioni.

» L'urinocoltura

Consiste nel cercare nelle urine la presenza di particolari **microrganismi** in modo da diagnosticare con certezza un'infezione alle vie urinarie o all'apparato genitale.
* Perché l'esame dia risposte attendibili, è necessario lavare con cura i genitali esterni prima di procedere alla raccolta delle urine nell'apposito contenitore.

» L'ecografia addominale

È un esame utile perché permette di visualizzare gli organi addominali, compresi reni e vescica. In particolare, si possono evidenziare direttamente i calcoli, la loro eventuale sede e le dimensioni, nonché i segni di una **possibile ostruzione** dovuta alla loro presenza.

Si agli antinfiammatori

Quando arriva una colica renale, la prima cosa da fare è **ridurre il dolore** con gli antinfiammatori non steroidei (Fans).
* Non si tratta solo di una soluzione temporanea, ma il loro effetto ha notevoli benefici anche nel limitare l'**infiammazione** della zona dove il calcolo si è incuneato.
Molte volte, se il calcolo è di dimensioni ridotte, cioè sotto i 5 mm, può essere espulso spontaneamente con l'urina.

Si eliminano con la frantumazione

Se i calcoli non vengono espulsi spontaneamente, vanno eliminati con l'aiuto del medico. Attualmente esistono metodiche poco invasive che consentono la **litotrissia**, cioè la frantumazione. Trasformati in sabbia o in piccoli frammenti, vengono poi asportati oppure **eliminati attraverso le urine**.

Viene utilizzato il laser

L'urologo risale con una sonda il condotto che collega la vescica al rene e raggiunge direttamente il calcolo, frammentandolo nella sua sede con il laser.
* Grazie alla possibilità di regolare l'energia prodotta dal laser, si **riducono al minimo le complicanze** dovute alle emorragie e al dolore post-operatorio, assicurando la massima precisione sul calcolo.
* Questo intervento dura circa **30-60 minuti** e richiede uno-due giorni di degenza in ospedale, permettendo un più rapido ritorno alle proprie attività quotidiane.



Per prevenire la formazione di calcoli è bene mantenere uno stile di vita corretto e sano e una dieta varia ed equilibrata, senza eccessi, riducendo l'apporto di sale.

L'importanza della dieta

Se la presenza dei calcoli è stata accertata e se ne conosce anche la natura, occorre fare attenzione ad alcuni cibi che possono favorire la loro comparsa.

* Se la composizione dei calcoli è calcica: vanno ridotti, senza però escluderli del tutto, **latte, latticini, formaggi**, mentre cioccolato, cavoli, spinaci vanno limitati oppure proprio eliminati.
* Se, invece, è preponderante l'acido urico, no a **carni, insaccati**, fegato, cuore, rognone, cervello, selvaggina.

Ci vogliono almeno 2 litri di acqua

I liquidi sono molto utili, perché aiutano a **diluire l'urina** e a evitare la formazione di nuovi calcoli prevenendo allo stesso tempo anche le possibili recidive.
* Il consiglio è quindi di bere almeno 2 litri di acqua al giorno, possibilmente lontano dai pasti, cercando di suddividere in maniera equilibrata la quantità durante il giorno.

→ L'ECOGRAFIA ADDOMINALE CONSENTE DI SCOPRIRE

LA PRESENZA DI CALCOLI E LE EVENTUALI OSTRUZIONI



PUÒ SERVIRE ESEGUIRE UNA TAC

Gli esami devono essere sempre eseguiti su consiglio dello specialista a cui ci si è rivolti. Se dai risultati di laboratorio emergono dubbi, può essere indicato passare ad accertamenti di livello successivo, come la Tac all'addome e alla pelvi: è un esame che consente di visualizzare con precisione il calcolo, la sede, le dimensioni e la densità e, quindi, consente di programmare in maniera accurata il trattamento migliore da eseguire per risolvere il problema.