

## Πέτρες στα νεφρά: Όλα τα συμπτώματα και πώς θα φύγουν ανώδυνα (βίντεο)

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η λιθίαση του ουροποιητικού (πέτρες στα νεφρά) είναι η τρίτη πιο συχνή πάθηση μετά τις ουρολοιμώξεις και τις παθήσεις του προστάτη. Ο μέσος κίνδυνος εμφάνισης λιθίασης ανέρχεται στη διάρκεια της ζωής μας στο 4-7%. Η εμφάνιση της νόσου είναι τριπλάσια στους άνδρες από τις γυναίκες, με πιο συχνή εμφάνιση κατά την τρίτη και τέταρτη δεκαετία της ζωής.

Η κλινική διάγνωση για τις **πέτρες στα νεφρά** πρέπει να στηριχτεί στην κατάλληλη απεικόνιση. Η συνήθης εξέταση περιλαμβάνει ακτινογραφία, υπέρηχο, ενδοφλέβιο ουρογραφία ή κάποιες φορές αξονική τομογραφία. Επίσης πρέπει να γίνεται χημική ανάλυση του λίθου καθώς και ανάλυση αίματος και ούρων. Η αποβολή του λίθου εξαρτάται από το μέγεθος, θέση και σχήμα του και αναμένεται αυτόματη αποβολή στο 80% των λίθων μικρότερων από 4 χιλιοστά. Για λίθους >7 χιλιοστά η πιθανότητα αυτόματης αποβολής είναι χαμηλή.

## **Πέτρες στα νεφρά: Συμπτώματα**

Μια πέτρα στα νεφρά δεν μπορεί να προκαλέσει συμπτώματα μέχρι να αρχίσει να κινείται μέσα στο νεφρό, ή να περάσει στον ουρητήρα (ο σωλήνας που συνδέει το νεφρό με την ουροδόχο κύστη). Αν γίνει κάτι από αυτά, θα έχετε τα ακόλουθα συμπτώματα:

- Οξύς πόνος στο πλάι και πίσω, κάτω από τα πλευρά
- Πόνος που «απλώνεται» προς τα κάτω στην κοιλιακή και βουβωνική χώρα
- Πόνος που «έρχεται κατά κύματα» και κυμαίνεται σε ένταση
- Πόνος κατά την ούρηση
- Ροζ, κόκκινο ή καφέ χρώμα στα ούρα
- Θολά, ή ιδιαίτερα δυσώδη ούρα
- Ναυτία και έμετος
- Επίμονη ανάγκη για ούρηση
- Ούρηση πιο συχνά από το συνηθισμένο
- Πυρετός και ρίγη (εάν υπάρχει μόλυνση)
- Μικρές ποσότητες ούρων

Ο πόνος που προκαλείται από τις πέτρες στα νεφρά μπορεί να αλλάξει. Για παράδειγμα, η μετατόπιση μια πέτρας σε διαφορετική θέση φέρνει αύξηση στην ένταση του πόνου.

## **Πότε πρέπει να δείτε ένα γιατρό**

Κλείστε ένα ραντεβού με το γιατρό σας εάν έχετε οποιαδήποτε συμπτώματα που σας ανησυχούν. Ζητήστε, όμως, αμέσως ιατρική βοήθεια εάν εμφανίσετε:

- Πόνο τόσο σοβαρό, που δεν μπορείτε να καθίσετε, ή να βρείτε μια άνετη θέση
- Πόνο που συνοδεύεται από ναυτία και έμετο
- Πόνο που συνοδεύεται από πυρετό και ρίγη
- Αίμα στα ούρα σας
- Δυσκολία στην ούρηση

## **Πέτρες στα νεφρά: Τι να κάνετε για να φύγουν ανώδυνα**

Η θεραπεία για τις πέτρες στα νεφρά ποικίλλει, ανάλογα με το μέγεθος της πέτρας και την θέση της.

## **Μικρές πέτρες με ελάχιστα συμπτώματα**

Οι περισσότερες πέτρες στα νεφρά, δεν απαιτούν επεμβατική θεραπεία. Μπορεί να

είστε σε θέση να αποβάλλετε μια μικρή πέτρα με τους ακόλουθους τρόπους:

- **Πίνετε νερό.** Πίνετε 2 έως 3 λίτρα καθημερινά για να βοηθήσετε να καθαρίσει το ουροποιητικό σας σύστημα. Πίνετε αρκετό νερό ώστε να παράγετε διαυγή ούρα.
- **Αναλγητικά.** Το να αποβάλλετε μια πέτρα, έστω και πολύ μικρή, θα σας προκαλέσει αρκετή δυσφορία. Για την ανακούφιση από τον πόνο, ο γιατρός σας μπορεί να σας συστήσει παυσίπονα, όπως η ιβουπροφαίνη, ακεταμινοφαίνη, ή ναπροξένη.
- **Ιατρική θεραπεία.** Ο γιατρός σας μπορεί να σας δώσει ένα φάρμακο για να σας βοηθήσει να αποβάλλετε μια πέτρα στα νεφρά σας. Αυτό το είδος της φαρμακευτικής αγωγής, με φάρμακα που είναι γνωστά ως άλφα-αποκλειστές, χαλαρώνει τους μυς στον ουρητήρα σας, βοηθώντας σας να αποβάλλετε την πέτρα πιο γρήγορα και με λιγότερο πόνο.

### **Μεγάλες πέτρες και εκείνες που προκαλούν έντονα συμπτώματα**

Οι πέτρες στα νεφρά, που δεν μπορούν να αντιμετωπιστούν με συντηρητικά μέτρα, -είτε επειδή είναι πολύ μεγάλες, είτε επειδή προκαλούν αιμορραγία, νεφρική βλάβη, ή λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος- χρειάζονται μια μικροεπέμβαση στο νοσοκομείο.

Από Μιχάλης Θερμόπουλος

**Πηγές:** [iatropedia.gr](http://iatropedia.gr) - [mayoclinic.org](http://mayoclinic.org)