



НЕ ОСТАВИТЬ КАМНЯ НА КАМНЕ

Так уж исторически сложилось, что профилактика в нашей стране занимает далеко не первое место. Люди склонны вспоминать о ней только тогда, когда наступает рецидив болезни, и отмахиваются, как от надоедливой мухи, в моменты облегчения. Однако по отношению к мочекаменной болезни такой подход не работает, потому что она не даст о себе забыть

Неутешительная статистика

Собственно, мочекаменная болезнь почек (уролитиаз) — это заболевание, возникающее в результате нарушения обмена веществ и характеризующееся образованием камней на любом уровне мочевыводящих путей: в самих почках, в почечной паренхиме, в мочеточниках, мочевом пузыре, мочеиспускательном канале.

О серьезности этой проблемы в глобальном смысле свидетельствует уже то, что в Украине мочекаменная болезнь диагностируется в 32–40 % случаев всех урологических заболеваний. Именно ей принадлежит «почетное» второе место после инфекционно-воспалительных заболеваний во многих странах мира.

Возрастных барьеров у мочекаменной болезни нет, и все же согласно статистике чаще всего она проявляется у людей трудоспособного возраста (20–55 лет). Причем мужчины подвергаются этому недугу в три раза чаще, чем женщины. Как правило, камни образуются в одной из почек, но в 9–17 % случаев мочекаменная болезнь имеет двусторонний характер.

Камни почки бывают одиночными и множественными. Их количество может достигать пяти тысяч, а величина варьируется от 1 мм до 15 см и более. Масса некоторых камней достигает 1 кг.

Лицо врага

Обычно мочекаменную болезнь почек сопровождает «свита» симптомов, самый болезненный из которых — почечная колика (резкая, мучительная, все время нарастающая боль в районе поясницы.). Также в числе «сопровождающих» — тошнота, рвота, кровь в моче, отеки и т.д. Считается, что среди всех острых хирургических состояний это самое сильное по болевым ощущениям. Но гораздо грознее осложнение, могущее возникнуть вслед за почечной коликой, — атака пиелонефрита — воспаление почечной ткани. Иногда заболевание протекает бессимптомно: человек всю жизнь носит в своей почке камень и даже не догадывается об этом.

Симптомы мочекаменной болезни зависят от размера и типа камня, его местоположения в мочеполовом тракте и характера нарушений, которые он вызывает в органах мочеполовой системы.

При наличии камней в почках необходимо лечение, состоящее из трех пунктов: удаление камня, лечение инфекции и предупреждение повторного образования камней.

Последний пункт особенно важен. Ведь, как свидетельствуют неумолимые цифры статистики, без профилактики в течение пяти лет у половины пациентов, которые избавились

от камней (хирургическим путем или в результате консервативного лечения), мочевые камни образуются вновь.

Диета как образ жизни

Врачи рекомендуют приступить к проведению профилактики — нейтрализации реакции мочи — сразу после самопроизвольного отхождения или хирургического удаления камня.

Для этого больному рекомендуется придерживаться определенной диеты, которая для каждого вида камней требует ограничения в рационе тех или иных продуктов. Рекомендации по питанию врач-уролог подбирает каждому пациенту индивидуально, с учетом всех особенностей протекания болезни.

Но есть и некоторые общие советы.

Так, больной с камнями в почках обязательно должен соблюдать питьевой режим. Большое потребление жидкости приводит к тому, что моча становится менее концентрированной, и это снижает риск образования камней. Кроме того, благодаря обильному питью уменьшается застой мочи и даже могут выйти мелкие камни.

В среднем при мочекаменной болезни рекомендуется пить 8–10 стаканов воды в сутки. Желательно распределить это количество равномерно на весь день. Также очень важно выпить стакан воды на ночь.



Здоровые привычки

Больным с мочекаменной болезнью рекомендуют пересмотреть свой образ жизни: желательны разумные физические нагрузки (особенно для людей «сидячих» профессий), отказаться от алкоголя, избегать эмоциональных стрессов, при тучности — снижение массы тела путем уменьшения калорийности пищи. По словам специалистов, все эти меры значительно уменьшают риск развития заболевания.

Но если посмотреть на вещи реально, то понятно, что далеко не каждый человек готов соблюдать весь комплекс данных рекомендаций. Да и не во всех случаях профилактики можно ограничить специальной диетой и фитнесом — часто требуется помощь лекарственных препаратов.

Всегда под контролем

Сегодня одним из самых популярных и эффективных средств профилактики и лечения мочекаменной болезни является Блемарен.

Составляющие компоненты Блемарена являются доступными и физиологичными для организма пациента (цитрат натрия, гидрокарбонат калия и лимонная кислота).

Блемарен восстанавливает и стимулирует естественную буферную систему почек, помогая почкам функционировать в режиме, максимально приближенном к нормальному:

1. Прием Блемарена обеспечивает восстановление нормального содержания цитрата в моче — естественного мощного ингибитора кристаллизации солей. Благодаря этому, препарат поддерживает соли в растворенном состоянии и предотвращает камнеобразование.

2. Блемарен также обеспечивает дозозависимое смещение pH мочи от кислых до нейтральных или слабощелочных значений, обеспечивая оптимальные условия для растворения или прекращения роста уратных и оксалатных конкрементов.

3. Прием Блемарена уменьшает активную секрецию кальция в мочу почечными канальцами, снижая та-

ким образом концентрацию его, как активатора кристаллизации, в коллоидном растворе мочи.

Блемарен применяется как профилактическое средство мочекаменной болезни до образования камней («мочекислый диатез», «песок в почках», «соли в моче») и для растворения уже имеющихся конкрементов.

В большинстве случаев приема Блемарена достаточно для растворения и предупреждения образования мочекислых (уратных) камней, т. е. при диагнозе «мочекислый нефролитиаз» можно обойтись без литотрипсии или оперативного лечения.

Кроме того, Блемарен — незаменимый помощник при проведении сеансов дистанционной литотрипсии. Прием Блемарена до проведения сеансов ударно-волновой литотрипсии позволяет изменить кристаллическую структуру камня, способствует его разрыхлению, уменьшению его плотности, массы, размера и объема, что позволяет уменьшить количество сеансов дробления, в более щадящем режиме воздействовать на почку (уменьшение мощности ударной волны). Кроме того, камень разрушается на более мелкие и сглаженные фрагменты, предотвращая возможную травматизацию мочеточника.

Очень важный момент в лечении мочекаменной болезни — профилактика повторного камнеобразования. Поэтому Блемарен необходимо принимать после избавления от камня то ли оперативным путем, то ли после литотрипсии или после самостоятельного отхождения конкремента.

Длительность приема определяет врач-уролог в зависимости от данных клинического обследования — от 3 месяцев до года.

Каким бы ни был выбранный метод лечения, Блемарен будет полезен в любом случае. Он поможет избавиться от камня, сделать его разрушение менее травматичным, предупредит образование новых камней. ■

Марина Чибисова

esparma
ARZNEIMITTEL

БЛЕМАРЕН

ВИ БЕЗТУРБОТНІ—
ВІН ПРАЦЮЄ...

- ✓ **Ефективна профілактика**
первинного й повторного
камнеутворення
- ✓ **Розчинення каменів:**
— сечокислих
— змішаних уратно-оксалатних
— змішаних конкрементів,
які містять кальцій
- ✓ **Підготовка
до дроблення
каменів**

Р.Л. МОЗ України № ІА/075201/01; № ІА/075202/01. Перекладено з німецької мови.

**ЗЛОТИЙ СТАНДАРТ
ЦИТРАТНОЇ ТЕРАПІЇ**

www.esparma.com.ua