

Не потерять почку

Можно ли вылечить мочекаменную болезнь

Камни в почках – это не только сильнейшая боль, но и риск тяжёлых осложнений, вплоть до удаления важнейшего органа. Как избавиться от камней и не допустить их повторного появления?



Наш эксперт – заведующий кафедрой урологии и андрологии ФФМ МГУ имени М. В. Ломоносова, академик РАН, профессор, доктор медицинских наук, директор Университетской клиники МГУ имени М. В. Ломоносова Армаис Камалов.

Найти причину

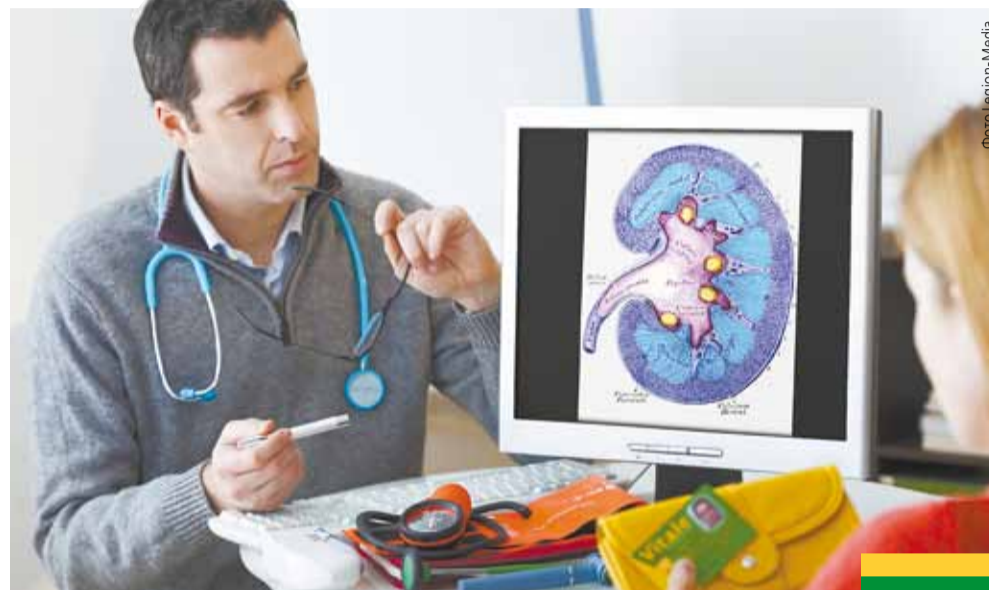
? *Армаис Альбертович, в чём причина появления камней в почках?*

– Мочекаменная болезнь – это многофакторное состояние. При этом заболевании большую роль играют обменные и метаболические нарушения в организме, в том числе и сопутствующие заболевания, такие как ожирение, эндокринные заболевания и др. Ведь лишний вес ведёт к изменению обмена веществ, и в каком направлении это будет происходить, довольно сложно предугадать. Однако доказано, что при ожирении частота возникновения мочекаменной болезни возрастает.

Большое значение в развитии мочекаменной болезни имеют также наследственные и генетически обусловленные процессы в организме, приводящие к развитию различных форм заболевания. К примеру, на фоне мочекаменной болезни, который сопровождается высоким содержанием мочевой кислоты в крови, последняя проникает во внутренние органы человека, мышцы, связки. И здесь ситуация может развиваться по нескольким, но всегда опасным сценариям. Например, возможно развитие заболеваний связочного аппарата, нарушение работы нервной и сердечно-сосудистой систем, почечная недостаточность, появление камней в почках. К счастью, уратные камни, которые появляются на фоне избытка мочевой кислоты, – это единственный вид почечных камней, которые способны растворяться. Чтобы такой камень начал разрушаться, необходимо лишь обеспечить pH мочи в щелочном диапазоне. Этого можно достичь за счёт приёма цитратных смесей.

? *То есть такие лекарства всегда избавят человека от камней?*

– Увы, избавление от камней не означает, что они не будут образовываться



снова. 90% пациентов с мочекаменной болезнью в течение 10–20 лет после удаления камня повторно приходят к врачу. А есть больные, которые являются хроническими «камневыделителями» – камни в их организме «рождаются» каждый год.

Именно поэтому лечение мочекаменной болезни должно быть в первую очередь направлено не на удаление или растворение конкрементов, а на устранение причин их появления. Например, в случае с уратными камнями необходимо не только назначать средства для их растворения, но и прописывать лекарства, которые уменьшают выработку мочевой кислоты.

Ещё сложнее обстоит дело с лечением камней другого происхождения – оксалатных, фосфатных, цистиновых и др. Такие камни не подвергаются растворению, их можно либо извлекать, либо дробить.

К счастью, сейчас практически все технологии, которые используются для лечения мочекаменной болезни, малоинвазивны, нетравматичны. Например, сегодня есть возможность удалять камни при помощи эндоскопических операций. В этом случае камни извлекают через естественные мочевые пути, уретру, мочевой пузырь и мочеточник. Также есть методики, связанные с дистанционным дроблением камней, когда ударная волна фокусируется на камне, проходя через ткани тела, и разрушает конкремент. Но при этом необходимо правильно определить режим работы прибора и рассчитать необходимое количество ударных импульсов, чтобы разрушить камень, не нарушив целостность почечной паренхимы (ткани почки).

Однако опять-таки хочу подчеркнуть, что при всей прогрессивности таких методов они направлены лишь на удаление камней, но не на лечение мочекаменной болезни.

? *То есть пока нет способа остановить процесс камнеобразования навсегда?*

– Такие разработки ведутся. Например, в нашем Медицинском научно-образовательном центре МГУ имени М. В. Ломоносова уже изучены особые маркеры камнеобразования (бекунин, остеоопонтин). По количеству этих белков в моче можно определить степень риска появления камня ещё до того, как он возник, и заранее принять меры, назначив соответствующую терапию.

Вылечить без операции

? *А может ли человек самостоятельно оценить риск появления камней у себя в почках?*

– К сожалению, нет. Как правило, дебют мочекаменной болезни связан с появлением внезапной сильной боли – почечной коликой и экстренной госпитализацией. Пациентов, у которых камень выявляется в плановом порядке, не так много, как правило, это случайная находка при ультразвуковом комплексном обследовании. Обычно больной попадает к врачу, когда камень уже оказался в мочеточнике и вызвал нестерпимую боль.

? *И тут уже без операции не обойтись?*

– Операция нужна не всегда. Считается, что камни размером до 1 см имеют тенденцию к самостоятельному отхождению. А этот исход лучше любой, даже самой щадящей операции. Поэтому, если камень находится на выходе из мочеточника в мочевой пузырь, мы отпускаем таких больных домой и рекомендуем лекарственные средства, физиотерапию, горячие ванны и умеренную физическую активность типа ходьбы, чтобы расслабить гладкую мускулатуру мочеточника и облегчить отхождение камня. Но если на фоне такой терапии камень не выходит в течение недели или боль становится

нестерпимой, то независимо от размеров конкремента назначается оперативное лечение.

Ещё одно показание к срочной операции – повышение температуры тела, которое говорит о том, что начинается воспалительный процесс. Это угроза возникновения воспалительных осложнений со стороны почки – пиелонефрита, абсцесса и карбункула. И тогда из-за маленького камня, застрявшего в мочеточнике, порой приходится идти на операцию по удалению всего органа для спасения жизни человека.

? *Есть ли профилактические меры, которые помогают добиться ремиссии мочекаменной болезни?*

– Главный совет для наших пациентов – пить как можно больше жидкости (лучше обычной воды), чтобы моча была менее концентрированной. Ведь чем выше концентрация мочи, тем больше вероятность агрегации («слипания») имеющихся в ней кристаллов различных солей и образования камней. Что касается других рекомендаций, то тут всё зависит от состава камней, поскольку разные камни требуют разных профилактических и лечебных подходов.

Иногда из-за маленького камня приходится удалять почку.

? *Стоит ли отказываться от определённых продуктов,*

чтобы защититься от мочекаменной болезни? Например, говорят, что к появлению камней может привести избыток кальция. Также советуют воздерживаться от красного вина.

– Считать, что камни в почках появляются только из-за употребления каких-то продуктов, было бы наивно. Ведь множество людей едят одинаковую пищу, но далеко не у всех возникает мочекаменная болезнь. Это говорит о том, что не питание является причиной камнеобразования, а обменные нарушения, имеющиеся у конкретного пациента. Поэтому рекомендовать какую-то диету можно, лишь опираясь на индивидуальные особенности каждого больного. У кого-то продукты и биодобавки с высоким содержанием кальция действительно могут привести к развитию болезни, а кто-то может употреблять их безо всяких последствий. Примерно такая же ситуация с красными винами. Вино действительно может послужить толчком для образования конкрементов, но это справедливо не для всех пациентов.

? *А пиво? Его часто рекомендуют людям с мочекаменной болезнью.*

– Я не думаю, что алкогольные напитки должны лежать в основе лечения какого-либо заболевания. Хотя, например, коньяк может привести к расслаблению мышечных тканей мочеточника и создать условия для самостоятельного отхождения камня. Но рассматривать это в качестве основного метода лечения я бы не стал.

Александра ЧИЖОВА