

ONTZUREN VAN URINE
BIJ URINEZUURSTENEN

Inleiding

Bij u is de diagnose urinezuurstenen gesteld. Urinezuurstenen zijn de enige stenen in de urinewegen die goed met medicijnen kunnen worden behandeld en opgelost.

Wat zijn urinezuurstenen?

Urinezuurstenen zijn nierstenen gemaakt van urinezuur, die alleen kunnen ontstaan in te zure urine. Het is de enige niersteensoort die met ontzuren van de urine mogelijk helemaal oplosbaar is. Dan hoeft geen operatie of vergruizing plaats te vinden.

Wanneer de urine voldoende wordt ontzuurd (gealkaliseerd) dan lost de steen vanzelf op. De medicijnen die hiervoor gebruikt worden zijn natriumbicarbonaat en natrium- en/of kaliumcitraat. Voor één van deze medicijnen hebt u een recept van uw behandelend uroloog gekregen.

Het doseren van deze medicijnen is wat ingewikkeld omdat de dosering moet worden aangepast aan de zuurgraad (pH) van de urine.

Het doel van de behandeling met medicijnen is om de urine pH-waarde omhoog te brengen tot een waarde tussen de 6,2 en 6,8. Een waarde hoger dan 6,8 is niet verstandig. Op dat moment ontstaat er dan een andere steensoort in de urine. Dit maakt verder oplossen van de urinezuurstenen onmogelijk. Het is soms erg lastig om een goede urine pH-waarde te bereiken omdat de pH-waarde heel sterk kan variëren met wat iemand eet. Laat u door sterk wisselende waarden niet ontmoedigen.

Hoe meet ik de zuurgraad (pH) van mijn urine

- Koop een elektrische pH-meter, deze geeft de exacte waarde aan.
- Of koop lakmoespapier (dat is een rolletje papier wat verkleurt wanneer het in een vloeistof wordt gedompeld, de kleur geeft de zuurgraad van de urine aan).

Voor het ontzuren van de urine gaat u als volgt te werk:

- Meet de eerste dag 's ochtends, 's middags en 's avonds de pH-waarde van uw plas zonder dat u medicijnen inneemt en noteer de gevonden waarde (meestal rond de 5).
- Begin de volgende dag met 1 tablet/capsule in de ochtend, middag en avond. En blijf elke keer uw pH waarde meten en pas indien nodig de dosering aan via onderstaand schema.

Ochtendurine

Is de pH van de ochtendurine te laag (minder dan 6,2) Dan betekent dat dat de dosering 's avonds iets omhoog moet (1 tablet/capsule meer dan de vorige avond).

Middagurine

Wanneer de pH-waarde van de urine van tussen de middag te laag is, moet de ochtenddosering van de medicijnen worden opgehoogd.

Avondurine

Is de pH-waarde van de urine 's avonds te laag? Dan moet de tussen de middag dosering van de medicijnen worden opgehoogd.

Omgekeerd geldt natuurlijk dat wanneer de urine pH-waarde 's ochtends, 's middags of 's avonds te hoog is ($> 6,8$), dan moet de dosering respectievelijk 's avonds, 's ochtends of 's middags worden verlaagd.

Hoe lang duurt de behandeling?

Het oplossen van urinezuurstenen lukt meestal binnen enkele weken tot een paar maanden en hangt af van de grootte van de steen en van het succes van ontzuren. Wanneer u volgens echografisch onderzoek volledig steenvrij bent geworden dan kan het alkaliseren worden gestopt en worden beperkt tot 1 week per maand. Daarbij blijft bijna iedereen steenvrij.

Vragen?

Het kan zijn dat u na het lezen van deze folder nog vragen heeft. U kunt ons dan gerust bellen: Maandag t/m vrijdag tussen .00 uur en 16.30 uur via 010 – 461 6168.

Augustus 2019
527