

# Кристаллурия

## Из древности в наши дни

Определение «старо как мир» редко употребляется по отношению к недугам, тем не менее некоторые болезни, по-видимому, существуют столько же, сколько человеческий род. И ровно столько же человечество пытается найти эффективные методы их лечения.

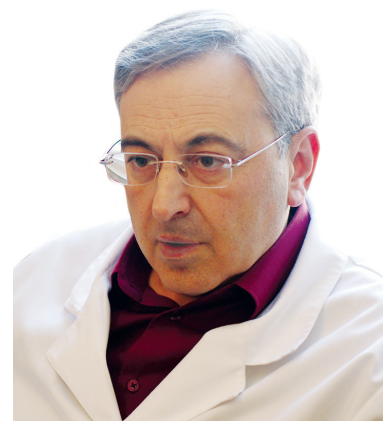
→ Камни почек были обнаружены у древнеегипетских мумий, захоронения которых датированы 3500–4000 гг. до н. э. В «Естественной истории» Плиния, которая фактически является энциклопедией научных знаний античности, сообщается о возможности лечения мочекаменной болезни пережженными раковинами улиток, негашеной известью с медовой водой и кровью козла. Не менее экзотические рецепты можно встретить в «Каноне врачебной науки» Авиценны: «Возьми равные части пережженного стекла, золы скорпиона, золы зайца, золы от скорлупы высушенных яиц, камней, найденных в губках козливой крови, высушенной и растолченной в порошок, еврейского камня, петрушки, дикой моркови, семени Мальвы, гумми-арабики. Прибавь достаточное количество меда так, чтобы составить кашку».

Естественно, что подобные средства не нашли широкого применения в медицинской практике, да и эффективность их, скорее всего, была невысока. Позднее для предотвращения или замедления камнеобразования в почках стали использовать отвары более доступных лечебных трав, а уже в XX в. — высокоочищенные растительные экстракты.

Важную роль в камнеобразовании имеет реакция мочи. Собственно pH мочи определяет минеральный состав мочевых конкрементов. Так, ураты образуются в кислой среде (pH 4,8–5,8), оксалаты —

при слабокислой реакции (6,2–6,8), фосфаты — при нейтральной или слабоосновной реакции мочи (7,0–8,0). Из этого следует, что, зная состав камней, врач должен целенаправленно влиять на pH мочи с тем, чтобы предотвратить дальнейшее образование конкрементов. Подобное влияние осуществляется в первую очередь за счет диетических мер. Клюква, брусника, другие кислые плоды, яблоки кислых сортов, сок квашеной капусты способны закислять мочу, тогда как сладкие фрукты и ягоды, сырые овощи, свежевыжатые соки, молочные продукты, арбуз показаны при камнях, образующихся в кислой моче, т. е. когда необходимо мочу ощелачивать. При уратурии очень полезны лимоны, поскольку они богаты цитратами, обладающими литолитическим действием именно при мочекислых конкрементах.

Исследования состава и структуры камней показали, что, помимо минерального (кристаллического) компонента, они всегда содержат органическую белковую основу, причем установлена идентичность белка мочи и белка мочевых камней. Важно также отметить, что именно белок мочи составляет основу камня, матрикс, на котором происходит кристаллизация солей. Исходя из этого понятно, насколько важно отсутствие микроальбуминурии/протеинурии для предупреждения уrolитиаза.



**В.И. Медведь**

Д.м.н., профессор,  
Научный руководитель отделения  
внутренней патологии беременных  
ГУ «Институт педиатрии, акушерства  
и гинекологии НАМН Украины»

В настоящее время растительные лекарственные средства, в частности препарат Канефрон Н («Бионорика», Германия), получили заслуженное признание врачей и пациентов. Растительные компоненты Канефрона Н — трава золототысячника, корень любистка и листья розмарина — в комплексе обладают спазмолитическим, противомикробным и нефропротекторным (антипротеинурическим) действием. Препарат без ограничений может использоваться во время беременности, включая первый триместр. Существенными преимуществами Канефрона Н являются его полифункциональность и возможность длительного применения как в качестве монопрофилактики, так и в составе комплексной терапии. ■



## ОСОБЕННОСТИ ДИЕТЫ ПРИ КРИСТАЛЛУРИЯХ

В.И. Медведь, Институт педиатрии, акушерства и гинекологии АМН Украины, отделение экстрагенитальной патологии

### Особенности диеты при уратурии

Рекомендованные продукты	Ограничить употребление	Нежелательные продукты
<p><b>Мясные и рыбные блюда</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Допускается употребление отварных мяса или рыбы по 200-250 гр в день.</li> <li>• Яйца.</li> </ul> <p><b>Молочные продукты</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Молоко и все виды молочных продуктов.</li> <li>• Животные белки (главным образом молочные) не должны превышать 50% от их общего количества.</li> </ul> <p><b>Хлеб</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Хлеб белый и черный.</li> </ul> <p><b>Овощи</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Супы вегетарианские (желательно сочетание овощных и крупяных блюд на каждый прием пищи).</li> <li>• Морковь, салат, огурцы, тыква (<i>овощи полезны в свежем виде и их соки</i>).</li> </ul> <p><b>Сладости</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Все сладости, фрукты, ягоды (кроме клюквы, брусники) - апельсин, мандарин, арбуз, виноград, гранат, груши, дыни, земляника, яблоки, красная и черная смородина, ананас, вишня, слива.</li> <li>• Варенье, сахар, мед, изюм.</li> </ul> <p><b>Напитки</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Соки фруктовые и ягодные.</li> <li>• Повышенное количество жидкости (при отсутствии противопоказаний) – более 2л/сутки.</li> <li>• Чай с лимоном или молоком, сок и отвар шиповника, сухофруктов, воду с соком, компоты полезно употреблять натощак, а также между приемами пищи.</li> <li>• Минеральные воды – Эссентуки №4, Эссентуки №17, Смирновская, Славяновская, Боржом, Поляна Квасова, Лужанская.</li> </ul> <p><b>А также</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Из пряностей – лавровый лист, лимон.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• кухонной соли;</li> <li>• мясных, рыбных, грибных бульонов и соусов;</li> <li>• бобовых (горох, фасоль);</li> <li>• щавеля;</li> <li>• шпината;</li> <li>• редиски, редьки, ревеня;</li> <li>• инжира;</li> <li>• какао, шоколада;</li> <li>• крепкого чая;</li> <li>• томатов;</li> <li>• черной смородины;</li> <li>• черники.</li> </ul>	<p><b>Мясные и рыбные блюда</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Крепкие мясные супы и отвары, жареное копченое мясо, мозги, почки, печень, мясо птицы, сало, паштеты.</li> <li>• Жареная рыба, рыбная уха, сельдь, сардина, анчоусы, шпроты, кильки.</li> <li>• Категорически запрещено даже одноразовое употребление значительного количества мясной, рыбной, жирной пищи.</li> </ul> <p><b>Напитки</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Кофе;</li> <li>• Кислые соки;</li> <li>• Алкоголь.</li> </ul> <p><b>А также</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сыры;</li> <li>• Маринады;</li> <li>• Пряности;</li> <li>• Грибы.</li> </ul>

Во время беременности в организме женщины проявляются скрытые ранее проблемы. Более чувствительными становятся и почки, что связано с анатомическими особенностями. Растущая матка способствует нарушенному оттоку мочи из почек, снижается тонус и моторика почечных лоханок и мочеточников под влиянием гормонов эстрадиола, прогестерона и др., концентрация которых значительно повышается. Все это приводит к увеличению возможности кристаллообразования в моче. Большое значение имеет также врожденное нарушение обмена веществ.

Поэтому если врач установил диагноз «кристаллурия», – Вам необходимо придерживаться специальной диеты и рекомендаций врача.

- Регулярно принимайте мочегонные фитосборы или готовый к употреблению стандартизованный фитопрепарат Канефрон®Н (Бионорика, Германия).
- Не переохлаждайтесь, всегда держите поясницу в тепле.
- При появлении даже незначительных неприятных ощущений в области поясницы немедленно обращайтесь к врачу.



Канефрон® Н – гармония лечения болезней почек и мочевыводящих путей



## ОСОБЕННОСТИ ДИЕТЫ ПРИ КРИСТАЛЛУРИЯХ

В.И.Медведь, Институт педиатрии, акушерства и гинекологии АМН Украины, отделение экстрагенитальной патологии

### Особенности диеты при оксалатурии

Рекомендованные продукты	Ограничить употребление	Нежелательные продукты
<p><b>Мясные и рыбные блюда</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Свиное сало;</li> <li>в ограниченном количестве отварные мясо, рыба, птица, яйца (не более 1 в день).</li> </ul> <p><b>Молочные продукты</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Кисломолочные продукты.</li> </ul> <p><b>Хлеб</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Белый хлеб;</li> <li>хлеб из муки грубого помола.</li> </ul> <p><b>Крупы</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Овсяная, гречневая, перловая, пшено, пшеничные отруби.</li> </ul> <p><b>Овощи</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Кабачки, тыква, цветная и белокочанная капуста.</li> </ul> <p><b>Фрукты и ягоды</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Яблоки, груша, айва, кизил, виноград, абрикос, персик, ананас, вишня, черешня, дыня; несладкие сухофрукты (груши, чернослив, курага); арбуз (до 2-2,5 кг/день).</li> </ul> <p><b>Напитки</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Повышенное употребление жидкости (при отсутствии противопоказаний) – более 2л/сутки. Полезны отвары из кожуры яблок, груш (5 столовых ложек на 1 л кипятка настаивать 1 час, варить 7 мин, настаивать еще 1 час, процедить и пить по 2 стакана в день с сахаром или медом).</li> <li>Минеральные воды – Нафтуся, Саирме, Эссентуки №20.</li> </ul> <p><b>А также</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Растительное масло и сливочное масло;</li> <li>Витамины А, В<sub>6</sub>, С (не более 150-250 мг), D.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>кухонной соли;</li> <li>свеклы;</li> <li>лука;</li> <li>картофеля;</li> <li>моркови;</li> <li>земляники;</li> <li>черной смородины;</li> <li>черники;</li> <li>крыжовника;</li> <li>слив;</li> <li>желатина (студень, заливное, желе);</li> <li>сахар- и пуриносодержащих продуктов (мозги, язык, печень, почки, рыбные консервы, рыбная икра).</li> </ul>	<p><b>Мясные и рыбные блюда</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Жирные сорта мяса;</li> <li>мясные и рыбные бульоны;</li> <li>копчености.</li> </ul> <p><b>Молочные продукты</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Творог или молоко (не более 2 стаканов в день).</li> </ul> <p><b>Овощи</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Грибы, щавель, шпинат зеленый салат, ревень, томаты, перец, бобовые, петрушка.</li> </ul> <p><b>Фрукты и ягоды</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Яблоки Антоновка, инжир, красная смородина, орехи.</li> </ul> <p><b>Напитки</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Какао и шоколад, крепкий чай, кофе, цикорий, томатный сок, квас.</li> </ul>

### Канефрон® Н

при воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей

- Необходимый комплекс действий для лечения циститов, пиелонефритов, мочекаменной болезни.
- Препарат из Германии высокого качества, полученный из экологически чистого сырья.
- Оптимальный при необходимости длительного лечения и профилактики у пациентов любого возраста.



Канефрон® Н – гармония лечения болезней почек и мочевыводящих путей