

Mechanisme van steenvorming

Urinezuurstenen worden alleen gevormd bij een urinaire pH < 6.2. Deze stenen kunnen terug opgelost worden bij een constante pH boven de 6.5. Bij correcte inname (van het kaliumcitraat) en opvolging kan de steen terug verdwijnen aan een snelheid van 1 cm per maand.

Een urinaire pH groter dan 7.5 moet vermeden worden omdat dit de samenstelling van de steen verandert naar een fosfaatsteen die niet meer oplosbaar is.

Aandachtspunten

De urinaire pH kan schommelen naargelang de voeding, dus de dosis kaliumcitraat is niet per definitie constant.

Bijvoorbeeld bij het eten van bepaalde fruitsoorten. Passievrucht bevat veel kaliumcitraat en kan de urinaire pH die dag al doen stijgen waardoor minder citraatwater moet gedronken worden.

Bijvoorbeeld bij het eten van eiwitrijke maaltijden (vlees, kaasschotel,..) kan de urinaire pH die dag al doen dalen, waardoor meer citraatwater moet gedronken worden.

Doel

Gedurende de ganse dag een urinaire pH-waarde hebben tussen 6.5 en 7.0.

Om dit op te volgen moet de urinaire pH 3x gemeten worden om de inname van het citraatwater aan te passen aan de gemeten urinaire pH.

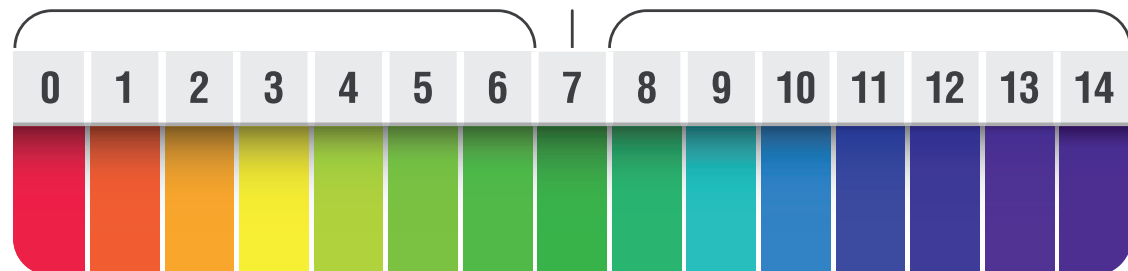
Stap 1: Los 9 g Kaliumcitraat op in 1,5 liter water. Je gebruikt hiervoor best Spa water of water met vergelijkbare samenstelling. Kraantjeswater kan je hiervoor ook gebruiken. Vichy, Contex, Badoit of ander calcium/bicarbonaat of zoutrijk water zijn af te raden.

Stap 2: Drink dit verspreid over de dag en avond uit.

Stap 3: De dag **NA** het opstarten controleer je de urinaire pH. Je maakt 3 metingen: in de eerste ochtendurine (nuchter), om 13 uur direct na de middagmaaltijd, en om 18 uur (voor het avondeten).

Je dient 3 pH-metingen uit te voeren 1 x per week, tot de gewenste urinaire pH bereikt is, nadien voer je dit 1 x in de maand uit, indien correcte waarden.

Alle 3 de pH-waardes zijn tussen 6.5 en 7	Perfect! Verder citraatwater drinken op dezelfde manier (= dezelfde dosis/frequentie).
1 van de pH-waardes > 7.0	U hoeft die dag geen citraatwater meer te drinken tot de volgende pH controle.
1 van de pH-waardes < 6.0	Drink 1 extra glas citraatwater direct na controle.
De 3 pH-waardes zijn < 6.5	Verhoog kaliumcitraat van 9 g naar 10 g, tot zelfs 12 g.
De 3 pH-waardes zijn > 7.0	Opgelet: Citraat verminderen van 9 g naar 7 g, zelfs tot 6 g.



Bij twijfel, aarzel niet om contact op te nemen met je specialist en eventueel je waarden door te mailen om bij te sturen. Gelieve deze waarden zeker mee te brengen tijdens de consultatie en te bezorgen aan je arts.

AZ Maria Middelaes heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. De inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Hij vervangt geenszins het artsconsult. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn AZ Maria Middelaes, personeel en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

..... - 1.0



Gezondheids**Zorg** met een Ziel

Buitenring Sint-Denijs 30 – 9000 Gent
Tel.: 09 246 46 46 - Fax: 09 246 96 59
info@azmmsj.be – www.mariamiddelaes.be



Oplossen van een urinezuursteen

Volg ons ook op:



NEFROLOGIE