

## CÓLICO NEFRÍTICO RECOMENDACIONES GENERALES

**En el cólico nefrítico puede ser secundario a la presencia de cálculos o piedras en el riñón o vías urinarias,** aunque también puede deberse a otras causas.

**Se puede sentir** desde una sensación de malestar o peso, a intenso dolor en la zona lumbar que puede pasar al abdomen o incluso a región genital, acompañándose de gran desasosiego y vómitos.

**Los cálculos que anormalmente se forman en el riñón pueden ser de diferente naturaleza** (de oxalato cálcico, de ácido úrico, de cistina,...) y el tratamiento puede variar según sean de un tipo u otro. Por eso, para averiguar esto es necesaria una serie de análisis u otras pruebas.

**Es importante investigar qué tipo de cálculo renal tiene,** así será más fácil pautarle un tratamiento específico, para ello **su médico le realizará una serie de pruebas analíticas.**

**La gran mayoría de los cálculos se expulsan espontáneamente o con tratamiento médico** Cuando no es así, hay que recurrir a otras formas de eliminación.

Existen una serie de medidas generales que sirven para el tratamiento de todos los cálculos de orina. Otras recomendaciones, sin embargo, dependerán de cada tipo de cálculo.

### RECOMENDACIONES GENERALES

- **Beba abundantes líquidos, unos 2 o 3 litros al día** (agua o jugo de fruta), acostúmbrese a beber estas cantidades diariamente, **hasta que se convierta en un hábito.** Beber mucha agua ayuda a eliminar las sustancias que forman las piedras en los riñones.
- **Cuando haga mucho calor,** cuando realice intensa actividad física o ejercicio o cuando este enfermo, tendrá **reponer las pérdidas y tomar una cantidad superior de líquidos.**
- **Disminuya el consumo de sal,** cacao, té, café o de bebidas que contengan cafeína. **Modere el consumo de carne.**
- **Realice ejercicio físico** de manera regular.



### CONSULTE CON SU MÉDICO:

- **Si el dolor aumenta de intensidad o persiste durante tiempo.**
- **Si presenta fiebre, molestias al orinar o malestar general.**
- **Si aparece sangre en la orina.**
- **Mujeres embarazadas o pacientes con un solo riñón.**