



דף הדרכה למטופלים בהבסת שתן

הקדמה:

אבני חומצה אורית (Uric Acid Stones), הינן אבני כליות, הנוצרות כתוצאה מהתגבשות גבישים, של חומצה אורית, שהינה, תוצר פירוק, של חומצות גרעין, בגוף האדם.

הקריסטלים מתגבשים לאבנים, כאשר השתן חומצי וריכוזם בשתן גבוה. כאשר השתן בסיסי וריכוזם נמוך, הם מתמוססים ומופרשים בשתן לכן, אחד הטיפולים החשובים לאבנים אלו, הוא המסת האבן באמצעים רפואיים-תרופתיים. ההמסה מתבצעת ע"י הבססה של השתן, כלומר, הפיכתו לבסיסי יותר.

מדידת חומציות השתן:

את חומציות או בסיסיות השתן ניתן למדוד בעזרת נייר pH (נייר ניטראזין, או נייר לקמוס), אותו ניתן לרכוש בבית מרקחת או, בחנויות למוצרי מעבדה. יש לבקש נייר הבודק PH בתחום 5.5-8 .

טובלים קטע מהנייר בשתן והנייר משנה צבעו - בהתאם למידת חומציות השתן. את הצבע מתאימים לסקאלה מספרית. ככל שהמספר נמוך יותר, אזי, השתן חומצי יותר וצבע הנייר יהיה בגוון צהוב יותר, ולהפך – ככל שהמספר גבוה יותר, השתן בסיסי יותר, וצבע הנייר יטה לכיוון צבע כחול. המספר 7 מבטא pH נייטרלי.

בעת התחלת הטיפול בהבסת שתן, יש למדוד את ה pH פעמיים ביממה ובימים הראשונים, גם פעם אחת בשעות הלילה.

הטיפול:

החומר העיקרי, בו משתמשים להבססת השתן, הינו אבקת סודיום ביקרבונאט (סודה לשתיה – sodium bicarbonate). זוהי אבקה, אותה ממיסים בכוס מים. המינון ההתחלתי המומלץ הוא: 2 כפות ביום, כף בבוקר וכף בערב (אותן יש להמיס בכוס מים).

עם התחלת הטיפול, מודדים את חומציות השתן, פעמיים בשעות היום ופעם בלילה. החומציות (ph) אליה אנו שואפים להגיע, היא בין 6.5 ל-7. יש להיזהר מערכים גבוהים מ-7.5, כי אז, ישנה סכנה לשקיעת אבנים מסוג שונה, בכליות. במידה וה-ph המתקבל בבדיקת השתן, הינו נמוך באופן עקבי מ 6.5, יש להעלות את מינון הביקרבונאט, בכפית נוספת, בשעות הצהריים, תוך המשך בדיקה ואיזון בהתאם. במידה והערכים גבוהים מ-7, יש להפחית את מינון הביקרבונאט בהדרגה (כף + כפית, כף + 2 כפיות וכך הלאה). כעבור זמן מסוים, כאשר מגיעים להתייבבות ערכי חומציות השתן, ניתן להסתפק במדידת ה-ph אחת ליומיים.

תופעות לוואי עיקריות של הטיפול באבקת הביקרבונאט, הינה, עודף גזים. ישנם מטופלים, שיעדיפו ליטול כמוסות ביקרבונאט (Alkasove), אך מספר הכמוסות שעליהם ליטול כדי שהטיפול יהיה יעיל, הינו רב. לאנשים, עם חוסר סבילות לטיפול זה, קיימים חומרים אחרים להבססת השתן, שאינם כלולים בסל התרופות (K-citek) לשם קבלתם, יש לפנות לאורולוג המטפל. לתוסף זה יש יתרון על פני האחרים מכיוון שאינו מכיל נתרן, שהוא בעצמו אחד מגורמי הסיכון ליצירת אבנים.

מרכיב חשוב נוסף, בטיפול ובמניעה של אבני חומצה אורית, הוא, הורדת ריכוז החומצה האורית בשתן. זאת ניתן להשיג, ע"י הגברת כמויות השתייה וכפועל יוצא - הגדלת תפוקת השתן היומית. והפחתת תזונה עשירה בחלבונים מן החי (בשר אדום). מומלץ לכוון, את כמות השתייה, כך, שתפוקת השתן תגיע לכ-2 ליטר ליממה. את תפוקת השתן ניתן למדוד ע"י איסוף שתן במשך 24 שעות.

חשוב להזכיר ולזכור - אבני חומצה אורית, הן כמעט האבנים הבלעדיות אותן ניתן להמיס או למנוע הווצרותן באמצעים תרופתיים. הדרך הבלעדית לבצע זאת היא בהקפדה על הטיפול שהומלץ פה, והתמדה בו לאורך שנים.

טלפונים חשובים בנושאים הקשורים להבססת השתן.

מרפאת אבנים - אורולוגיה אסף הרופא : 08-9779680/1, בין השעות 10:00-12:00 את התכשיר ניתן לרכוש בחנות לממכר חומרי מעבדה על פי בחירתך.

לשימושך, כדי להקל עליך ולספק לך מידע לשירותך, מפורטת בזה רשימה חלקית של חנויות באזור. ניתן לרכוש גם בכל חנות לממכר חומרי מעבדה מוסמך אחר. מובהר, כי אין ברשימה זו משום רשימה מלאה או המלצה של ביה"ח לרכישה מאותו ספק, אלא בבחינת מתן מידע לשירותך, כאמור.

חנויות לרכישת נייר לקמוס :

- סיטילב ציוד מדעי למעבדות: כפר סבא, 44425 רח' התע"ש 20, ת.ד. 113 טלפון: 054-9155656
- יואל נעים כימיקלים, קרית המדע, רחובות - 08-9464462
- צבי ציוד מעבדות בע"מ, המלאכה 10-8 יחידה 107, ראש העין 03-6873237