

Piedras en el Riñón



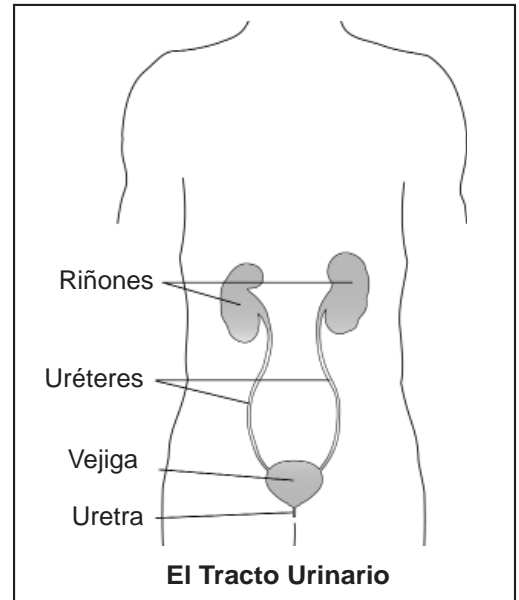
▶ Qué es una piedra en el riñón?

Una piedra en el riñón es una pequeña roca que se forma en el riñón. Las piedras se forman cuando ciertos químicos se acumulan en el cuerpo. Una piedra puede permanecer en el riñón o pasar a través del sistema urinario.

▶ ¿Quién padece de piedras en el riñón?

Cualquier persona puede resultar con una piedra en el riñón, pero puede estar en mayor riesgo si usted:

- Es del sexo masculino
- Es de raza blanca
- Esta sobrepeso
- Ha tenido infecciones del riñón
- Tiene un familiar con piedras en el riñón
- Ha tenido piedras en el riñón anteriormente
- Come mucha proteína de animal (como carne o huevos)
- No toma suficientes líquidos



Algunas otras condiciones o medicinas pueden también ponerle en mayor riesgo para tener piedras del riñón.

▶ ¿Cuáles son los síntomas?

Las piedras muy pequeñas pueden pasar a través del sistema urinario sin causar mucho dolor. Las piedras más grandes pueden bloquear el movimiento de la orina si se quedan atascadas en los uréteres, la vejiga, o la uretra. Las piedras en el riñón usualmente NO causan síntomas hasta que comienzan a pasar. Algunos síntomas pueden incluir:

- Dolor extremo y constante en su espalda o de lado
- Sangre en la orina
- Vómitos
- Fiebre y escalofríos

▶ ¿Cuál es el tratamiento para las piedras en el riñón?

El tratamiento depende del tipo y tamaño de la piedra. Tomar suficiente agua, y tomar ciertas medicinas podría ayudar a que una piedra pequeña pase más fácilmente. Para las piedras más difíciles, hay otras opciones:

- La **Litotricia Extracorpórea Por Ondas De Choque (Extracorporeal Shock Wave Lithotripsy, o ESWL por sus siglas en inglés)** usa choques de onda (shock waves) para romper la piedra grande en pedazos más pequeños para que puedan pasar más fácilmente.
- La **Eliminación De Piedras Ureteroscopia** utiliza un instrumento pequeño para agarrar y remover las piedras que están atascadas en los uréteres.
- La **Nefrolitotomía Percutánea** utiliza la cirugía para remover piedras grandes de los riñones.

Para más información sobre cualquiera de estos tratamientos, por favor hable con su doctor.



► ¿Hay diferentes tipos de piedras en el riñón?

Sí. Hay cuatro clases principales de piedras en el riñón. Cada tipo tiene diferente causa. Cada tipo puede necesitar diferente tratamiento o prevención. Los cuatro tipos son:

- **Calcio-Oxalato:** Estas clases de piedras son las más comunes. Pueden ser causadas cuando se consume mucho calcio o vitamina D, ciertas medicinas, causa genética y otros problemas del riñón. Hable con su doctor sobre cómo detener la formación de estas piedras. **NO** limite el calcio.
- **Estruvitas:** Estas clases de piedras afectan a las mujeres más que a los hombres. Pueden crecer a muy grandes y pueden causar más daño a los riñones que cualquier otro tipo de piedras. A menudo, tener infecciones en los riñones puede causar este tipo de piedras.
- **Acido Úrico:** Estas clases de piedras pueden ser causadas por comer mucha proteína de animal, o por genética. Para parar las piedras de acido úrico, trate de comer menos carne roja.
- **Piedra de cistina:** Estas clases de piedras son muy raras. Son causadas por cistinuria, una enfermedad genética de los riñones.

Pregúntele a su doctor que tipo de piedra tiene usted.

► ¿Cómo puedo prevenir piedras en el riñón?

Si usted ya ha tenido piedras en el riñón, usted está en mayor riesgo de tener piedras de nuevo. Para prevenir la formación de piedras, trate de:

- Tomar 6 a 8 vasos de agua cada día.
- Comer menos sal (sodio), carne y huevos
- Averiguar qué clase de piedra tiene
- Tener una prueba de orina hecha por su doctor
- Hablar con su doctor acerca de sus medicinas y otros exámenes para las piedras del riñón.



¡NO reduzca el calcio en su dieta sin hablar con su doctor primero!

Estudios muestran que limitar el calcio en su dieta no detiene la formación de piedras e inclusive, puede causar daño a sus huesos.

► Para más información

Para mas información acerca de las piedras en el riñón, por favor visite nuestra página web al www.kidneyfund.org o llamar a nuestra Línea de Ayuda al 1-866-300-2900.

También puede obtener más información con sólo hablar con su doctor, o con hablar al National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK) al 1-800-891-5390 o visitar la pagina www.niddk.nih.gov.