# VIRTSAKIVIPOTILAS

**Yleistä**

Virtsakivitauti on erityisesti työikäisten miesten sairaus. **Virtsakivet muodostuvat** yleensä **munuaistasolla, ja niitä voi olla munuaisissa, virtsajohtimissa ja virtsarakossa**. Useimmat kivet **muodostuvat kalsiumoksalaatista**, joka on **kalkin ja oksaalihapon yhdiste**. Tärkeä tekijä kivien synnyssä on näiden aineiden korkea pitoisuus virtsassa, jolloin ne kiteytyvät ja kiteet kerääntyvät edelleen kiviksi. Myös virtsateiden rakenteellinen poikkeavuus, esimerkiksi erilaiset ahtaumat, suosivat kivien syntymistä.

**Kipu**

Virtsakivet ovat tavallisesti kooltaan **pieniä, hiekansirun** kokoisia. Ne voivat aiheuttaa kouristuksenomaista, **voimakasta kipua**. Virtsakivet vaurioittavat helposti limakalvoja ja voivat aiheuttaa verenvuotoa virtsaputkesta. Suurin osa kivistä kulkeutuu munuaisista virtsarakkoon, kipu lakkaa ja kivi poistuu virtsan mukana. Siihen asti kipuja lievitetään **kipulääkkeillä**.

Teidän on hyvä olla liikkeellä, koska pystyasento helpottaa kiven tuloa rakkoon. Teidät ohjataan keräämään virtsaanne erilliseen astiaan, jotta kivi saadaan **näytteeksi** laboratoriota ja tutkimuksia varten. Jos kiveä ei sairaalassa ollessa saatu talteen, sen voi toimittaa puhtaassa purkissa paikkakuntanne terveyskeskukseen toimitettavaksi eteenpäin.

**Riittävä juominen**

Kaikkien virtsakivitautiin sairastuneiden on huolehdittava **riittävästä juomisesta**. Vuorokaudessa nautitun nestemäärän tulisi olla **yli 2 litraa**, ja vuorokauden virtsamäärän tulisi olla 1-1,5 litraa. Nesteitä tulisi nauttia tasaisesti pitkin päivää ja huomioida hikoilun kautta nestehukkaa edistävät tekijät kuten helteinen sää tai saunominen.

Teidän on jatkossa hyvä nauttia **kohtuullisesti** kalsiumia ja oksalaattia sisältäviä ravintoaineita. Erilaisissa maitotuotteissa on runsaasti kalsiumia, ja oksalaattia on puolestaan teessä, kaakaossa, raparperissa, suklaassa, rusinoissa, pinaatissa, parsassa ja kuivatuissa hedelmissä.

**Ongelmatilanteissa**

Jos kivi ei tule luonnollista tietä ulos, voidaan se murskata keskussairaalassa leikkaussaliolosuhteissa tähystimen avulla tai yliopistosairaalassa (OYS) erityisellä sähkömagneettihoidolla röntgenissä.

**Yhteystiedot**

| | |
|---|---|
| **Osasto 4B** | **040 149 1241** |
| **Akuuttiklinikka** | **040 149 1191** |

Tekijätiedot: Kirurgian vuodeosasto 4B
Päivitetty: 15.04.2016
Hyväksyjä: O. Nyberg