



El mal de Pedra

per I. Orsola Martí

Tothom ha sentit parlar del mal de pedra; ningú no ignora els terribles dolors que pot produir un càlcul o pedra localitzat a qualsevol nivell de les vies urinàries. Sovint aquests dolors, repetint-se quasi sense treva, fan que el pacient es decideixi a una operació per a treure la pedra i acabar d'un cop els sofriments.

Sovint també trobem un pacient que sap, per haver-li-ho dit el metge a qui ha consultat, que té en el ronyó o en la bufeta o en el conducte anomenat urèter—que va d'aquella a aquesta—un càlcul que li dóna algunes molèsties, però, essent aquestes suportables, no es decideix a l'operació.

Si una pedra en l'aparell urinari no tingués altra conseqüència que la de produir dolor, podria permetre's a l'individu que n'és portador d'anar convivint amb ella, a part que hi han pedres que arriben a ésser voluminosíssimes sense mai fer mal, i que el dolor, com a sensació subjectiva, és molt variable i més o menys tolerat segons els individus. Però el de menys en la calculosi de les vies urinàries és el dolor; allò veritablement important és que tota pedra que no s'expulsa, abandonada a si mateixa pertorba i emmalalteix l'aparell urinari, la perfecta salut i integritat del qual es necessària per a la vida de l'individu. Si la pedra està situada en la bufeta de l'orina, la bufeta acaba infectant-se, i pot propagar-se la infecció als dos ronyons; i si la pedra està a l'urèter o en un ronyó, aquest ronyó a la llarga es destruirà, i serà inservible per a la seva funció, podent produir trastorns infecciosos o de supuració a vegades fatals.

Per això no ha d'ignorar-se mai l'existència d'una pedra, i des que sabem que aquesta existeix, cal fer tot el possible perquè surti; sense operació si és possible, o bé operant si no hi ha altra solució; el que no pot fer-se és abandonar aquesta pedra i comprometre així la vida de l'organisme que la porta.

El fet que es formin càlculs a l'aparell urinari es deu a causes complexes. Però d'una manera esquemàtica podem dir que es produeixen per haver-hi en l'orina del pacient en qüestió una quantitat excessiva d'àcid úric, d'àcid oxàlic, de fosfats, etc.

**

Hem dit que tot càlcul de l'aparell urinari, s'ha de fer sortir. Però després d'això cal evitar que tornin a formar-se'n; i per això cal veure la constitució de la pedra, i, segons sigui aquesta, fer un pla de vida que tendeixi a disminuir la substància originària (àcid úric, àcid oxàlic, fosfats).

Per a disminuir la substància originària, tenim dos mitjans: restringir l'ús dels aliments que creen aquesta substància i utilitzar aquelles pràctiques o medicacions que desfacin o dissolguin la porció d'aquesta substància, que tot i escatimant-la o suprimint-la de l'alimentació, existeixi o es formi dintre l'organisme.

No podem exposar un règim per cada cas de calculosi, ja que la constitució dels càlculs i les causes productores varien en cada individu. Volem només, per cloure aquest article, esmentar alguns preceptes útils en la calculosi per àcid úric, que és la més freqüent.

Per als individus amb tendència a formar càlculs d'àcid úric, serà necessari suprimir en absolut de l'alimentació tot el que sigui carn en conserva, caça, llagosta, llagostins, ostres i mariscs, mongetes seques, lleties, bolets, formatges fermentats, cafè, xocolata, licors, salses i espècies. Es convenient com a norma de vida una alimentació que tingui per base vegetals i fruites (preferentment patates, arròs, carxofa, naps, pèsols, melons, fruites i confitures), ous i llet i peix fresc. De carn se'n pot i se'n deu menjar una vegada al dia, però en petita quantitat; les carns més aconsellables són: bou, porc, i bé, i només de tant en tant pollastres, conill o vedella. Aigua per beure, abundant. A més, i sota la indicació mèdica, es prendran dissolvents de l'àcid úric (medicaments i aigües minerals) i es procurarà obrar bé de ventre i portar una vida higiènica, a ésser possible amb sessions de gimnàs a l'aire lliure.