



**Operato d'urgenza**

Un occhio alla salute ]

## Fate i calcoli... con le proteine

Piccoli sassolini, grandi dolori: quelli causati dai calcoli renali. «**La colpa è della dieta troppo ricca di carne e sale**», dice l'esperto. «La prevenzione? Un regime alimentare equilibrato e tanta acqua»  
di **Adelaide Barigozzi**

**LE STAR** Sopra, Diego Armando Maradona, 51 anni: è stato operato d'urgenza per calcoli renali a Dubai, dove allena la squadra di calcio dell'Al Wasl. A ds., l'attrice e cantante Jessica Simpson, 31: in passato ha sofferto di calcoli renali, ma ha risolto il problema grazie a una dieta equilibrata. Sotto, il dottor Guido Giusti, responsabile dello Stone Centre della clinica Humanitas di Rozzano (Mi).

**U**n dolore lancinante, nessuna posizione che dà sollievo: la presenza di calcoli, quei "sassolini" che si formano nei reni e possono spostarsi nelle vie urinarie, si annuncia nel peggiore dei modi, con coliche acute. Le stesse che di recente hanno fatto correre in ospedale anche Diego Maradona. Un problema in crescita: ogni anno in Italia si registrano circa 100 mila nuovi casi, specie fra i 30 e i 50 anni. «In primo luogo è dovuto al fatto che oggi si mangia troppa carne», avverte il dottor Guido Giusti, urologo specialista in tecniche endoscopiche e responsabile dello Stone Center, il Centro per la terapia della calcolosi urinaria dell'istituto clinico Humanitas di Rozzano (Mi). «I calcoli si formano soprattutto per un eccesso di calcio nelle urine, favorito da un'alimentazione esageratamente ricca di proteine e sale. È stato provato che ridurre l'apporto di calcio aumenta il problema. Per una corretta prevenzione basta seguire un regime alimentare equilibrato, con poco sodio, e bere almeno un litro e mezzo d'acqua al giorno».



Guido Giusti



Basta coliche

### Pronto soccorso

La colica renale spinge a recarsi all'ospedale più vicino. «La prima terapia è a base di antidolorifici», dice l'urologo. «Il dolore è acuto specie se i calcoli migrano nell'uretere. Se si fermano nel rene, invece, possono non dare sintomi, ma grazie alla moderna diagnostica il più delle volte li si individua per tempo». **Ecografia e, se è il caso, Tac sono gli esami che scoprono i "sassolini"**. «Una volta trovati», precisa Giusti, «se sono sotto i 5 millimetri,

nel 90% dei casi vengono espulsi naturalmente con l'urina, altrimenti vanno tolti».

### Una sonda e via

Oggi esistono diverse tecniche chirurgiche, alcune non invasive, a seconda del tipo di calcolo. «Per la calcolosi nell'uretere si ricorre spesso al "bombardamento" con un apparecchio chiamato litotritore extracorporeo. La tecnica più efficace e sicura, però, è la ureterolitotriessia endoscopica (Urs) che avviene in day hospital senza incisioni». Questa metodica permette di introdurre attraverso l'uretra una sonda per poi frantumare con il laser i calcoli che, al contrario dell'altra tecnica, vengono estratti. «Per quelli nel rene, grandi fino a 1 cm, si può iniziare con il "bombardamento", ma dopo due tentativi è il caso di passare alle tecniche endoscopiche con sonde flessibili che risalgono dall'uretere fino al rene», prosegue Giusti. «Per i calcoli oltre i 2 cm (il 30% dei casi), infine, si deve ricorrere alla litotriessia percutanea (Pcnl), un intervento più invasivo che necessita di una degenza di 3-4 giorni».

## L'ospedale a impatto zero

L'ospedale Macedonio Melloni, che fa parte dell'Azienda Ospedaliera Fatebenefratelli e Oftalmico di Milano, è il primo grande centro sanitario lombardo "green". **\*Grazie al ter-risaldamento**, in collaborazione con l'azienda di servizi A2A, acqua e locali saranno riscaldati con tecnologie che sfruttano il calore della falda sotterranea. Si stima che all'ambiente sarà risparmiata una tonnellata di ossido di azoto e 920 tonnellate di CO<sub>2</sub> all'anno, l'equivalente delle emissioni di 300 automobili. ●