

Qu'est ce qu'une colique néphrétique?

La colique néphrétique ce n'est pas une maladie, c'est un symptôme. C'est une douleur intense due au blocage des voies urinaires. L'urine est fabriquée dans les reins,

descend dans la vessie par les uretères et est excrétée (urinée) hors du corps par l'urètre. Lorsqu'il y a un blocage, l'urine s'accumule avant la zone bloquée et fait rapidement « enfler » les conduits urinaires. Le plus souvent, le blocage est dû à un calcul (pierre ou lithiase) qui bloque le passage de l'urine vers la sortie.

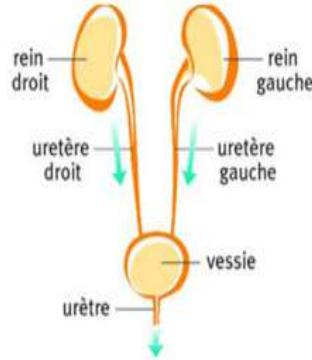
C'est l'accumulation de l'urine avant le blocage qui provoque la douleur.

Les calculs se forment dans le rein. Ils peuvent se déplacer avec ou sans douleur. Selon leur forme et leur grosseur, ils peuvent se coincer dans les voies urinaires. C'est à ce moment là qu'ils causent de la douleur !

Une personne sur 10 souffrira de colique néphrétique au cours de sa vie.

Quelles sont les symptômes d'une colique néphrétique?

La douleur est soudaine, intense et variable. Vous pouvez avoir mal dans le bas du dos, à droite ou à gauche selon le rein atteint. La douleur peut descendre (irradier) jusqu'aux organes génitaux. Aucune position ne soulage la douleur. Parfois il y a du sang dans les urines.



La plupart du temps, la personne continue à uriner, car le rein non atteint produit encore de l'urine. C'est très rare que les 2 reins soient bloqués en même temps par un calcul.

La colique néphrétique peut aussi causer des nausées (mal de cœur) et des vomissements.

Des problèmes urinaires sont aussi souvent présents (difficulté ou envie fréquente d'uriner,...).

Qui est à risque de faire une colique néphrétique?

Plus fréquente chez les hommes.

Une histoire familiale de colique néphrétique.

Des antécédents personnels :

- un surplus de poids,
- d'autres maladies (goutte, diabète mal contrôlé),
- la prise de certains médicaments tels : diurétique, calcium, sulfamides, quinolones,
- une immobilisation prolongée,
- une hydratation insuffisante,
- certaines habitudes alimentaires.

Comment diagnostiquer la colique néphrétique?

Des prises de sang, une analyse d'urine et un scan des voies urinaires sont nécessaires pour diagnostiquer la colique néphrétique. Le scan sert aussi à vérifier si le rein touché fonctionne bien.

Un rayon-x de l'abdomen (ventre) est fait en même temps, il sert à voir où est le calcul. D'autres rayons-x seront refaits, pour suivre la progression du calcul.

Comment soigne-t-on la colique néphrétique?

- Des antidouleurs sont souvent prescrits par le médecin, pour soulager la douleur.
- L'expulsion (la sortie) du calcul par les voies naturelles est surveillée en filtrant l'urine (par exemple dans un filtre à café).
- Si le calcul passe avec l'urine, il faut le garder pour le faire analyser.

Si le calcul ne peut être expulsé par les voies naturelles, d'autres traitements peuvent être appliqués par exemple :

- un traitement par ultrasons (lithotritie extracorporelle), des ondes de choc brisent le calcul en petits morceaux qui peuvent alors être éliminés dans les urines. Cette procédure est indolore et sans hospitalisation. Elle est contre-indiquée chez les femmes enceintes, les personnes obèses, celles qui portent un stimulateur cardiaque (pacemaker) ou prennent des anticoagulants
- la chirurgie est quelque fois nécessaire. Les calculs peuvent parfois être retirés par les voies naturelles ou sinon, en faisant une petite incision de la peau. Une courte hospitalisation est alors nécessaire.

Si le calcul a moins de 5 mm, il est généralement expulsé par les voies urinaires en dedans de 1 à 4 semaines.

Plus le calcul est gros, moins il y a de chance qu'il soit pas expulsé naturellement.

Le taux de rechute est d'environ de 1 sur 2. C'est pourquoi il est important de modifier votre hygiène de vie et d'avoir le suivi médical approprié.

Rendez-vous immédiatement à l'urgence si :

- vous faites de la fièvre, 38,5°C et plus de température buccale, frissons,
- votre douleur n'est pas soulagée avec médication
- vous urinez une quantité importante de sang
- vous n'avez pas d'urine depuis 24 heures

Quelles sont les complications possibles?

Si les calculs urinaires ne sont pas traités, ils peuvent causer une infection qui peut s'étendre au rein. Le rein infecté ne peut plus fonctionner normalement, ceci peut causer des dommages permanents au rein.

Recommandations pour prévenir les rechutes.

Pour prévenir une colique néphrétique, il est important de boire jusqu'à 2 litres de liquide par jour, à moins d'indications médicales contraires. Buvez plus s'il fait très chaud ou si vous faites de l'exercice. Évitez les eaux embouteillées riches en sels minéraux.

Une consultation avec une nutritionniste peut vous aider, mais généralement:

- ne consommez pas plus que la quantité recommandée de calcium par jour (800mg à 1g). On le trouve dans l'eau du robinet, les légumes et les produits laitiers. Si vous ajustez votre consommation de calcium faites-le lentement, sous supervision professionnelle.
- pris en grande quantité, certains aliments ont la réputation de favoriser la formation de calculs : les fruits de mer, les asperges, la rhubarbe, les épinards, le fenouil, les fruits rouges, les fruits secs, le persil ou la moutarde, le café

instantané, le chocolat, le vin blanc, le thé longuement infusé.

- réduisez la consommation de sel.
- prenez environ 1 g/kilo de poids de protéines animales par jour (par ex. pour un poids de 60 kilo consommez 60 g. de protéines animales).
- favorisez une diète riche en fibre.

- En tout temps vous pouvez rejoindre Info-Santé au 811
- Vous avez des questions sur l'actuel problème de santé, appelez l'infirmière de l'accueil clinique au : (514) 338-2222 poste 7300, entre 8h et 16h du lundi au vendredi.

Notes : _____



HSCM Doués pour la vie
5400, boul. Gouin Ouest, Montréal (Québec) H4J 1C5
Téléphonie : (514) 338-2222 www.hscm.ca



L'ACCUEIL CLINIQUE

Informations et conseils

La colique néphrétique

Vos rendez-vous :

Plaque simple de l'abdomen (PSA) - Uroscan

Date : _____

Lieu : _____

Préparation : _____

Consultation en urologie (si nécessaire) :

Date : _____

Lieu : _____

Votre médication (si nécessaire) :

