



Vesekő

Tartalomjegyzék

Tudnivalók a vesekőről	3
Mi a vesekő?	3
Kezelési lehetőségek	3
Hogyan kezelhető a vesekövesség?.....	3
Kisebb vesekövek gyógyszeres kezelése.....	4
Nagyobb vesekövek kezelésére szolgáló eljárások	4
Sebészeti eljárások összetettebb vesekövek esetén.....	6
Melyek a vesekőkezelések leggyakoribb mellékhatásai?	7
Élet vesekövességgel	8
Milyen vesekövességgel együtt élni?	8
Hogyan lehet megelőzni a vesekövek kiújulását?	9
Jegyzetek és kérdések	10

A tájékoztatót az Európai Urológus Társaság (European Association of Urology, EAU) készítette, és 2022 szeptemberében frissítette.

Ez a fejezet a vesekövekről nyújt általános tájékoztatást. Ha egyéni egészségi állapotával kapcsolatban bármilyen konkrét kérdése van, forduljon orvosához vagy más egészségügyi szakemberhez! Egyetlen weboldal vagy tájékoztató sem helyettesítheti a kezelőorvosával folytatott személyes megbeszélést.

Ezt a fordítást a Semmelweis Egyetem Szaknyelvi Intézetének hallgatói készítették szakfordítói projekt munka keretében.

A fordítás a Magyar Urológiai Társaság megbízásából készült.

Közreműködők:

Dr. Sérgio Pereira, Lisszabon (Portugália)
EAU Betegtájékoztató Munkacsoport

Prof. Dr. A. Skolarikos, Athén (Görögország)
Elnök, EAU Urolithiasis Irányelvek Csoport

A tájékoztató közérthetőségét laikus betegek csoportja véleményezte.



Mi a vesekő?

A vesekő kemény, kavicsszerű képződmény, amely ásványi anyagokból és sókból épül fel. A húgyutak bármely részén előfordulhat a vesétől a húgyhólyagig, és olykor nagyon fájdalmas lehet. A vesekő előfordulása elég gyakori, különösen a 30 és 60 év közötti korosztályban.

A vesekő kialakulásának egyik oka lehet a kevés folyadékfogyasztás. Ebben az esetben a vizelet túlságosan koncentrálttá válik, ami lehetővé teszi az ásványi anyagok kikristályosodását és összetapadását, így a kő képződését. További kiváltó ok lehet a fehérjében gazdag, de rostszegény étrend, a túlsúly, bizonyos betegségek, a vesék szerkezeti problémái, örökletes betegségek, valamint bizonyos étrend-kiegészítők és gyógyszerek.

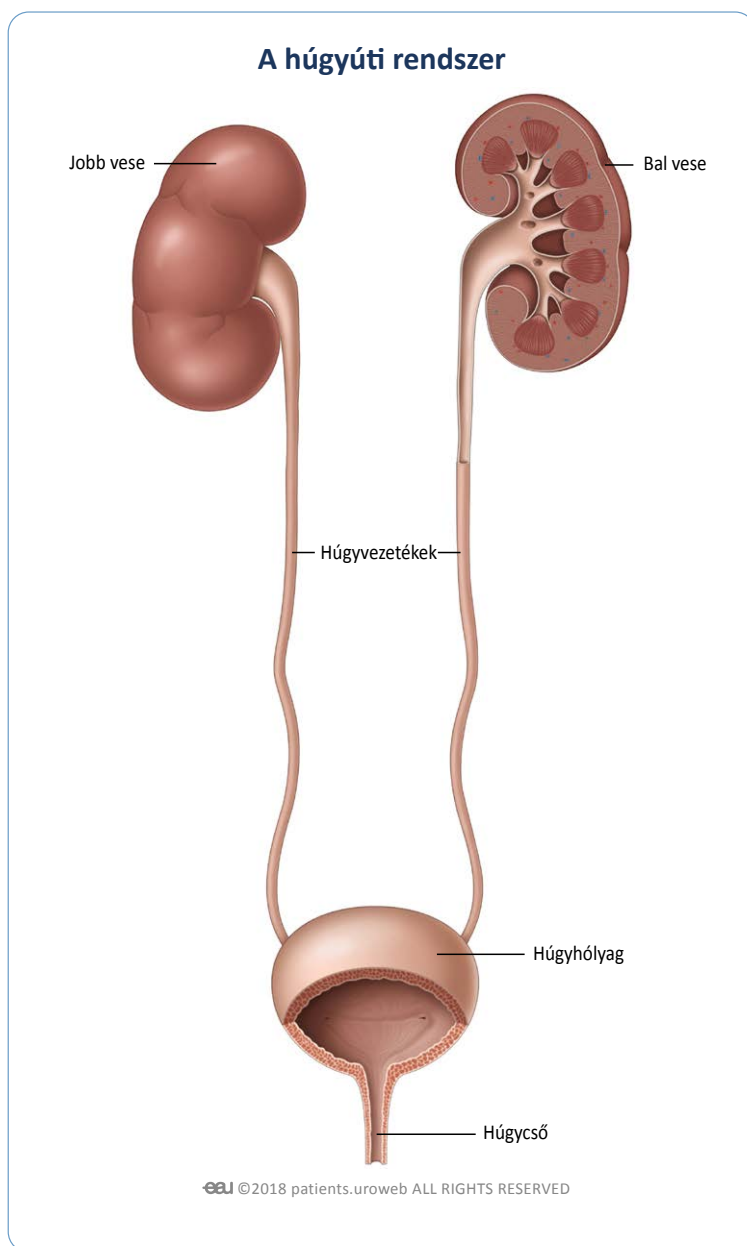
Kezelési lehetőségek

Hogyan kezelhető a vesekövesség?

A vesekő általában addig nem okoz tüneteket, amíg nem mozog a vesén belül, vagy nem vándorol a vesét a hólyaggal összekötő csőbe, a húgyvezetékbe. Ha a húgyvezeték egy vesekő miatt elzáródik, a vizelet áramlása megáll, az érintett vese megduzzad, a húgyvezeték pedig görcsbe rándul. Ez az állapot nagyon fájdalmas lehet. Amennyiben ez bekövetkezik, Ön az alábbi tüneteket tapasztalhatja:

- erős fájdalom oldalt és a hát tájékán, a bordák alatt
- ágyékba és alhasba sugárzó fájdalom
- váltakozó erősségű fájdalom
- fájdalom vizeletürítés közben
- rózsaszín, vörös, barna vagy zavaros, illetve kellemetlen szagú vizelet
- úgy érzi, hogy állandóan vizeletürítési inger érez
- hányinger és hányás
- láz és hidegrázás (ezek fertőzésre utalhatnak)

A vesekő kezelésére számos módszer áll rendelkezésre. Kezelőorvosa megbeszéli Önnel a kezelési lehetőségeket, és javaslatot tesz arra, hogy a kezelések közül Önnek melyiket érdemes választania tekintettel a kórtörténetére, vesekövének vagy veseköveinek méretére és elhelyezkedésére.



Ha az Ön vesekőve kicsi, valószínű, hogy orvosa először azt fogja javasolni, hogy igyon sok vizet, hátha a vesekő spontán távozik a vizelettel. Ha kellemetlen érzést tapasztal vagy fájdalmat érez, ahogy a vesekő a sok folyadék hatására távozni próbál a szervezetéből, bevehet vény nélkül kapható fájdalomcsillapítót. Amennyiben hányingere van, bevehet hányáscsillapító gyógyszert is.

A "figyelő várakozás" egy másik lehetőség, amelyet akkor érdemes megfontolnia, ha kisebb vesekővei vannak. Az eljárás lényege az, hogy egy orvos időről időre megvizsgálja Önt, hogy megítélje az egyéni tünetek mértékét és jellegét, mielőtt eldönti, hogy milyen kezelést javasoljon Önnek.

Gyógyszeres kezelésre vagy sebészeti beavatkozásra nagyobb vesekövek esetében lehet szükség, vagy abban az esetben, ha a vesekövek elakadtak valahol a húgyúti rendszerben, esetleg szövődmény lépett fel.

Kisebb vesekövek gyógyszeres kezelése

Azok a vesekövek, amelyek nem tudnak a vizelettel távozni, de továbbra is viszonylag kicsinek számítanak, lökéshullám terápiával vagy a vesekő feloldásával kezelhetők.

Gyógyszeres kőhajtás (Medical Expulsive Therapy, MET)

A gyógyszeres kőhajtás 5–10 mm-es mérettartományba eső kövek esetén alkalmazható. Lényege, hogy Ön kap egy vényköteles gyógyszert (bevesz egy tablettát), amely ellazítja a húgyvezeték izmait: egyrészt, hogy segítse a kövek kiürülését a vizelettel, másrészt, hogy enyhítse a fájdalmat, amelyet a kövek vándorlása okoz. A gyógyszert 4-6 hétig kell szedni. Segíti a kiürülési folyamatot, ha emellett sok folyadékot fogyaszt.

Ha Önnél jelentős fájdalom áll fenn, fertőzés alakul ki, vagy a vesefunkciója romlani kezd, másfajta kezelést kell alkalmazni.

Kőoldás a vesében és a húgyvezetékben

Ha az Ön esetében a kövek urátkövek (húgsavkövek, melyek savas jellegűek), lehetőség nyílik a feloldásukra. Ez egy szájon át szedhető gyógyszer segítségével történik, amely növeli a vizelet pH-értékét (amely inkább lúgos, mint savas lesz). Így a kő – vagy kövek – méretcsökkenése következik be, de a gyógyszer hatására akár teljesen fel is oldódhatnak.

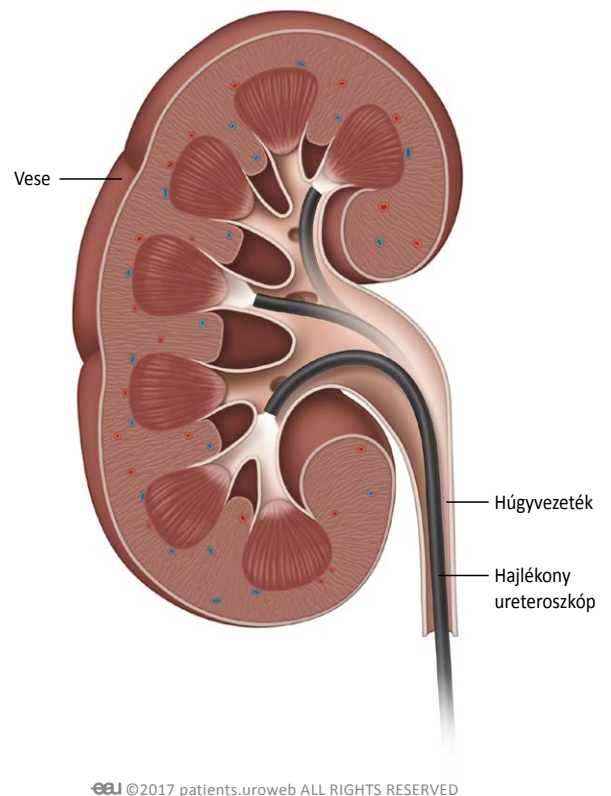
Nagyobb vesekövek kezelésére szolgáló eljárások

Húgyvezeték-tükrözés (ureteroszkópia)

Ez az eljárás a vesében vagy a húgyvezetékben található kicsi vagy közepes méretű kövek esetén alkalmazható.

Húgyvezeték-tükrözés esetén nem ejtenek vágást a bőrön, mivel a műteti eszközöket a húgycsövön (ebből a csőből ürül a vizelet) juttatják át és vezetik fel a vizeletvezető rendszer belső részeibe. Az eljárást vagy altatásban (általános érzéstelenítő alkalmazása mellett), vagy gerincvelői érzéstelenítésben végzik. Utóbbi esetben Ön ébren van, de az érzéstelenítő deréktól lefelé elzsibbasztja: tehát egyik esetben sem érez majd semmit a beavatkozásból.

A vékony, hajlékony cső lehetővé teszi, hogy kezelőorvosa a vese belsejének minden részéhez hozzáférjen



A beavatkozást végző orvos egy vékony, hajlékony csővel (úgynevezett ureteroszkóppal) dolgozik, amelyet felvezet a húgycsőn, a húgyhólyagon, majd a húgyvezetéken át egészen a veséig. A vékony cső parányi kamerában végződik: az orvos ennek segítségével keresi meg a köveket. Ezután a műtéti eszközöket átvezetik a csövön, hogy az orvos eltávolíthassa a kisméretű köveket.

Ha nagyobb vesekövek vannak jelen, az orvos egy lézert juttat keresztül az ureteroszkópon azzal a céllal, hogy kisebb darabokra zúzza a köveket, amelyek így vagy eltávolíthatók, vagy akár ott is hagyhatók, és majd a vizeletürítés során fognak távozni.

A beavatkozást követően esetleg szükség lehet húgyúti sztent behelyezésére is. Ez egy apró műanyag vagy szilikoncső, amely biztosítja a húgyvezeték átjárhatóságát, hogy a vizelet távozhasson. A sztent ilyenkor csak ideiglenesen marad bent, és az orvos néhány héttel a beavatkozás után el fogja távolítani.

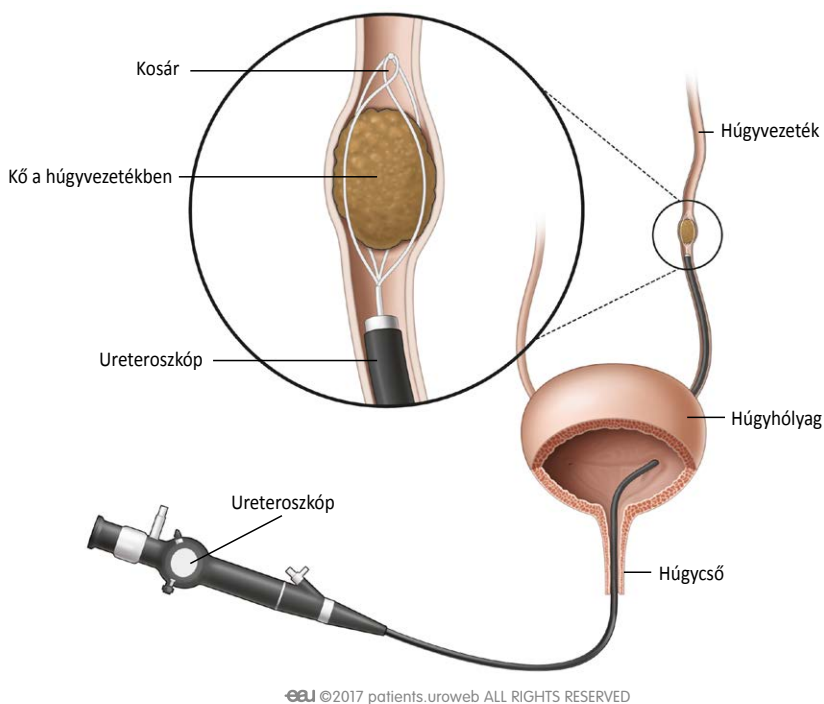
Az alábbi videó bemutatja, mi is történik egy ureteroszkópia során: 

Kőzúzó kezelés lökéshullámmal (Shock-Wave Lithotripsy, SWL)

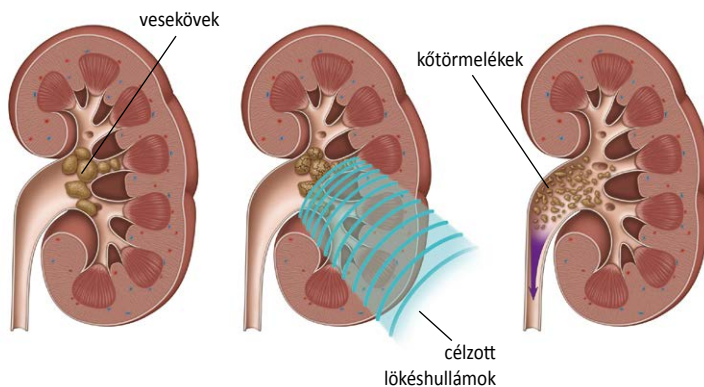
Az SWL-eljárás lényege, hogy külső forrásból származó hanghullámok segítségével apró darabokra törik a vesekövet, amely így már magától is kiürülhet a vizelettel.

A kőzúzó kezelés körülbelül egy órát vesz igénybe. Mivel ez egy mérsékelten fájdalomkeltő eljárás, Önnek értelemszerűen fájdalomcsillapító(ka)t fognak adni. Lehet, hogy az SWL-kezelés előtt nyugtatót is kap majd, hogy annak hatására ellazuljon, így csak részben lesz éber, és csak nagyjából fog emlékezni a kezelésre. Ha a vesekő nagyméretű, a teljes körű aprítás érdekében a kezelés több alkalmat is jelenthet.

A húgyvezetékben kosár segítségével történik a kő eltávolítása




Céltzott lökéshullámokkal a kövek apró darabokká törhetőek



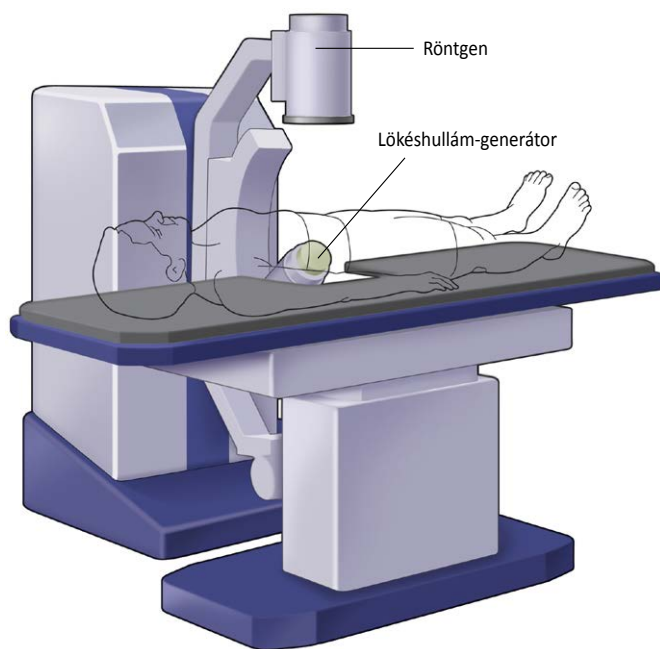
A lökéshullámmal végzett kőzúzó kezelés Önnek nem ajánlott, ha:

- várandós
- magas a súlyos vérzés kialakulásának kockázata
- kezeletlen fertőzése van
- kezeletlen magasvérnyomás-betegsége van
- testtömegindexe magas (ez azért probléma, mert a hanghullámok így nehezen jutnának el a kőig)
- verőértágulata van
- anatómiai akadály van jelen a húgyutakban (a kő alatti részen) vagy a hólyagban
- a vesekő rendkívül kemény (például cisztinkő)

Kezelőorvosa fogja megállapítani, hogy ez az eljárástípus alkalmas-e az Ön kezelésére, és megbeszélhetik a lökéshullámmal végzett kőzúzás kockázatait és előnyeit is – tekintetbe véve az Ön egyéni egészségi állapotát.

Az alábbi videó bemutatja, mi is történik egy kőzúzó kezelés során: 

SWL-kezelés során alkalmazott gyakori géptípus



©2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

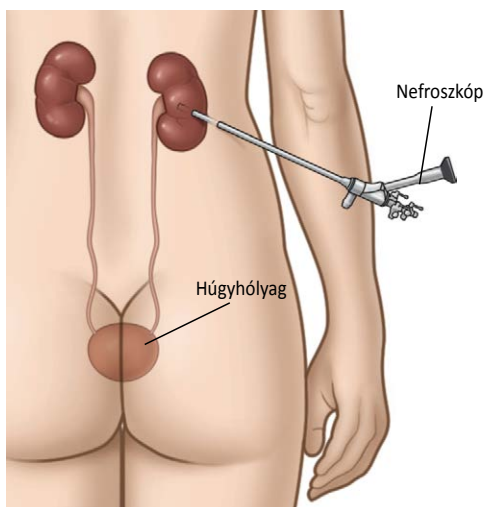
Sebészeti eljárások összetettebb vesekövek esetén

Bőrön keresztüli vesekő eltávolítás (perkután nefrolitotómia)

Ezt a típusú műtétet akkor végzik, ha több, nehezen hozzáférhető vesekövet kell eltávolítani, vagy a kövek túl nagyok ahhoz, hogy lökéshullám terápiával vagy húgyvezeték-tükrözéssel (ureteroszkópia) kezelhetőek legyenek.

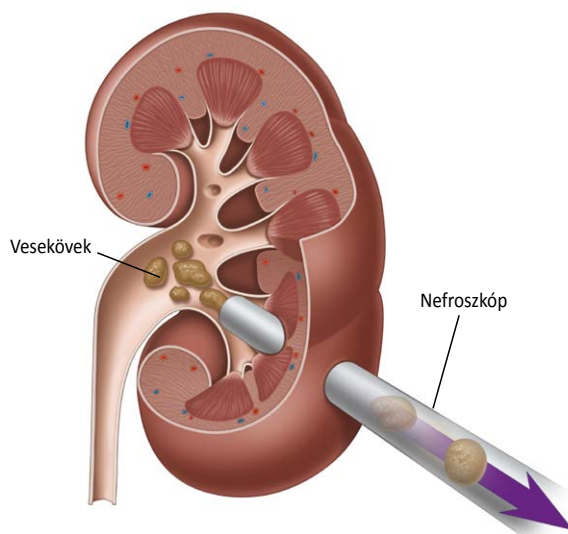
Bőrön keresztüli vesekő eltávolítás során az orvos kis bemetszést végez a háton, majd a vesén, hogy azon keresztül elérje és műtéti úton eltávolítsa a köve(ke)t.

A kövek közvetlen eltávolítása a vesékből nefroszkóp segítségével



©2017 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Kőtörmelék eltávolítása egyetlen eljárással nefroszkóp segítségével



©2017 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

A műtétet altatásban (általános érzéstelenítésben) végzik. A beavatkozás után akkor térhet haza a kórházból, ha maradéktalanul tud vizeletet üríteni, és a fájdalom is jól kezelhető.

A beavatkozás után szükség lehet egy sztent (a vizelet áramlását segítő apró műanyag cső) behelyezésére a húgyúti rendszerbe és/vagy egy vékony cső alkalmazására, amely a veséből indul, és a hát bőrén keresztül kijutva a vizeletet egy gyűjtőtasakba vezeti. Ezek csak átmeneti megoldások és a beavatkozás után pár nappal a kezelőorvosa eltávolítja a sztentet és/vagy a csövet.

Az alábbi videó bemutatja, mi történik a vesekövek bőrön keresztüli eltávolítása során. 

Melyek a vesekőkezelések leggyakoribb mellékhatásai?

A vesekőkezelések mellékhatásai függenek a kövek méretétől, típusától, elhelyezkedésétől, illetve magától a kezeléstípustól.

Kezelőorvosa a lehetőségek mérlegelésekor átbeszéli Önnel azoknak a kezeléstípusoknak az esetleges mellékhatásait és szövődményeit, amelyek alkalmazhatóak az Ön esetében. Ez a tájékoztatás kifejezetten az Ön egyéni körülményeire és az Ön számára ajánlott gyógyszerre, beavatkozásra vagy műtetre vonatkozik.

A következő szakaszok tájékoztató jellegűek, és a vesekő kezelésében használt gyógyszerek, eljárások vagy műtétek esetleges mellékhatásaira mutatnak be példákat.

Gyógyszerek mellékhatásai

A gyógyszeres kőhajtás vagy a kőoldó gyógyszerek okozhatnak szédülést, ájulásérzést, orrfolyást, váladékgyülemet az arc- és homloküregben. A kőoldó gyógyszerek továbbá átmeneti változásokat okozhatnak a magömlésben is.

Azonnal forduljon orvoshoz, ha magas láza van, hidegrázást tapasztal, erős fájdalmai vannak, nem bír enni vagy inni illetve nagy mennyiségű vér (esetleg több vérrög) van a vizeletében! Ezek a tünetek utalhatnak fertőzésre, vagy arra, hogy a vesekövek olyan problémákat okoznak, amelyek sürgős kezelést igényelnek.

Műtéti mellékhatások és szövődmények

A vesekövek kezelésére alkalmazott orvosi vagy műtéti eljárások átmeneti mellékhatásai közé tartoznak az alábbiak:

- enyhe égő érzés vizeléskor a műtétet követő néhány napban
- enyhén kellemetlen érzés vizeletürítéskor a hólyag vagy a vesék területén
- kis mennyiségű vér a vizeletben néhány napig
- gyakoribb és sürgetőbb vizelési inger
- átmeneti kellemetlen érzés vagy fájdalom, melyet a húgyúti rendszerbe bevezetett műtéti eszközök okoztak/okoznak
- fájdalom, vérzés és gyakori vizelési inger, ha sztentet helyeztek be

Az orvosi eljárások és műtétek lehetséges szövődményei közé tartoznak az alábbiak:

- húgyúti fertőzés
- szepszis – súlyos fertőzés, amely rendkívül kritikussá válhat
- a vese vagy a húgyvezeték károsodása a beavatkozás vagy műtét során
- a húgyvezeték hegesedése vagy szűkülete
- vérzés a műtét során
- elzáródott húgyvezeték
- az eljárás során nem sikerül eltávolítani az összes vesekövet
- újabb műtét lehet szükséges, ha több kő is van, vagy egy vesekő túl nagy ahhoz, hogy egyetlen műtét során eltávolítsák
- vesekövek kiújulása

A beavatkozáson/műtéten átesett néhány betegnél olyan tünetek jelentkeznek, hogy vissza kell menniük a kórházba.

Ezek a tünetek az alábbiak:

- 38,5 °C feletti láz
- hányinger vagy hányás
- mellkas fájdalom vagy nehézlégzés
- súlyos égő érzés vizeletürítéskor
- vizeletürítési képtelenség
- nagy mennyiségű vér a vizeletben, amely pihenés vagy nagy mennyiségű folyadékfogyasztás ellenére sem ürül ki
- több, mint 3 napig vér a vizeletben
- fájdalomcsillapító szedése ellenére is folyamatos súlyos fájdalom a vesében, a hátban vagy oldalt
- gyulladás, genny vagy szivárgás bármely műtéti seb környezetében

A kórházból való elbocsátás után, ha egyre súlyosbodó fájdalmat vagy vérzést tapasztal, azonnal tájékoztassa erről kezelőorvosát!

Fertőzés jele lehet a súlyos fájdalom, a láz és a hidegrázás. Ha ezeket a tüneteket tapasztalja, azonnal fel kell keresnie a kezelőorvosát!

Ha a felmerül a fertőzés gyanúja, orvosa antibiotikumokat fog felírni Önnek . Súlyos fertőzés esetén vissza kell mennie a kórházba, hogy intravénás antibiotikum(ok)at (a karjába adják be túvel azért, hogy gyorsabban kerüljenek be a véráramba).

Növelheti a teljes felépülés valószínűségét az orvosi vagy sebészeti beavatkozás után, ha betartja az alábbiakat:

- Igyon naponta legalább 1,5 liter vizet (kisebb mennyiségekre osztva) azért, hogy a folyadék elősegítse a megfelelő vizeletáramlást, a kis vesekődarabok kiürülését és a további vesekövek kialakulásának megelőzését!
- Az orvosi vagy a sebészeti beavatkozást követő egy hétben kerülje a nemi érintkezést a húgyúti fertőzés elkerülése érdekében!
- Egyen több zöldséget, rostús ételt és kevesebb húst annak érdekében, hogy lágyabb legyen a széklete – elősegíti a gyógyulási folyamatot az, ha nem erőlködik a vécén.
- Kövesse kezelőorvosának tanácsait a beavatkozást vagy műtétet követő autózvezetésre, pihenésre és fizikai aktivitásra vonatkozóan!
- A beavatkozást vagy a műtétet követő első héten csak enyhe fizikai gyakorlatot végezzen a felépülés és a gyógyulás érdekében; valamint figyeljen arra, hogy sokat aludjon!

Élet vesekövességgel

Milyen vesekövességgel együtt élni?

Számos embernek van olyan kisebb méretű veseköve, amelyről nincs is tudomása. Néha a vesekövekre akkor derül fény, amikor a páciens más okból kifolyólag megy el orvosi vizsgálatra. Másoknak olyan nagyon kicsi méretű veseköveik lehetnek, amelyek észrevétlenül kiürülnek a vizelettel.

Általában az emberek panaszt okozó vesekövekkel nem élnek együtt, mert ezek kezelést igényelnek. Ha bármilyen, vesekövességre utaló tünete van, azonnal keresse fel kezelőorvosát!

Ha kezeletlenül hagyja, a vesekő elzárhatja a veséből a húgyhólyag felé vezető húgyvezetékét vagy beszűkítheti azt. Ez megnöveli a vesefertőzés kockázatát, valamint a vizelet bennrekedhet, ezáltal terhet róhat a veséjére további kockázati tényezőként.

Ezek a problémák ritkák, mivel a legtöbb vesekövet még azelőtt kezelik, mielőtt ezek a szövődmények kialakulnának.

Hogyan lehet megelőzni a vesekövek kiújulását?

Ha a vizsgálat során vesekövet találtak Önnél, valamint a kezelőorvos úgy gondolja, hogy nagy a kockázata annak, hogy a jövőben több vesekő alakuljon ki, anyagcsere vizsgálatot végeznek Önnél. Ez a mérés vér- és vizeletvizsgálatok sorozatából áll, azért, hogy meg lehessen határozni, milyen további kezelések lehetnek megfelelőek az Ön számára. Ezek a kezelések főleg gyógyszeres terápiából vagy étrendi változtatásból állnak.

Ha a teszt kimutatja az alacsony kockázatát annak, hogy újabb vesekő alakuljon ki Önnél, akkor is javasolni fogják, hogy az alábbi, néhány változtatást iktassa be az életmódjába:

- Növelje napi folyadékbevitelét 2,5-3 literre, melyet leginkább víz formájában, folyamatosan, az egész napra beosztva fogyasszon el!
- Étkezzon kiegyensúlyozott étrend szerint! Fogyasszon kevesebb sót, húst és alkoholt! Egyen több zöldséget és rostos ételt annak érdekében, hogy fenntartsa az egészséges kalciumszintet! Fogyasszon kevesebb állati eredetű fehérjét!
- Tartsa meg az egészséges testsúlyát (normális BMI-t), és gondoskodjon a megfelelő fizikai aktivitásról (edzés hetente 2-3 alkalommal)!

European Association of Urology

PO Box 30016

NL-6803 AA ARNHEM

The Netherlands

E-mail: info.patientinformation@uroweb.org

Honlap: patients.uroweb.org

Európai Urológus Társaság

Postafiók 30016

NL-6803 AA ARNHEM

Hollandia