

Harnsteinerkrankungen

Vorbeugung erneuter Steinbildung (Metaphylaxe)

Entscheidend ist die genaue Harnsteinanalyse. Hierbei wird die chemische Zusammensetzung des Harnsteines festgestellt; in Abhängigkeit von der Steinart kann dann einer neuerlichen Entstehung eines Harnsteines gezielt vorgebeugt werden.

Die wichtigste Maßnahme ist die

- konsequente Verdünnung des Harns (viel trinken!). Gesunde sollten täglich 2.0 bis 2.5 Liter Harn ausscheiden. (Vorsicht ist bei Herz-Kreislaufkrankungen und auch zahlreichen anderen Erkrankungen geboten)

Des Weiteren sind die

- Reduzierung des Körpergewichtes,
- Steigerung der körperlichen Bewegung,
- Reduzierung der Eiweiß- und Kochsalzzufuhr

allgemeine, so genannte Basismaßnahmen, zur Harnsteinvermeidung.

Bei sehr häufiger Steinbildung ist eine Stoffwechseluntersuchung erforderlich.

Für jede Steinart gibt es sehr spezifische Nachsorgemöglichkeiten durch

Ernährungsumstellung und medikamentöse Langzeittherapie. Viele Ursachen für die Bildung der einzelnen Steinarten sind sehr gut erforscht und können durch Blut- und Harnuntersuchungen bei jedem Patienten individuell bestimmt werden.

Auf dem Gebiet der Behandlung von Steinleiden kommen sämtliche gängigen Therapiemethoden zum Einsatz.