

 <p>La Fraternelle de la Gendarmerie Royale</p>	<p><b>CHAPITRE : B.1 PRESTATION DE CONSEILS</b></p>	<p>REFERENCE :WSQ DI 69</p>
	<p>DOCUMENT INFORMATIF</p> <p><b>TITRE : LA LITHIASE-OXALO-URIQUE_MIXTE (ARABE)</b></p>	<p>VERSION-2</p>

## حصى أو كسالويوريك

### عوامل الخطر

- السمنة
- عدم تقبل هيدرات الكربون
- حمية حرارية وأزوتية غنية: لحم أحمر، ذبائح، أحشاء الذبائح
- استهلاك السكريات البسيطة/ سكر، شوكلاته، مربى، العسل
- حموضة مفرطة في البول/مشكل الأمنيك الكلوي

### علاج قاعدية البول

- يجب أن تكون كمية المشروبات اكثر من 2 في اليوم.
- قاعدية البول pH بين 6 و7
- شرب قنينة " فيشي سيلستان أو ماء أولماس.
- بيكاربونات الصوديوم 3-5 غ/ل
- عصير الليمون أو الحامض من 1 إلى 2 لتر موزعة على اليوم.
- شراب طام (الكافور) 3 ملعقة في اليوم (ملعقة واحدة: في الصباح والزوال والمساء)
- سيترات بوتاسيوم 6 إلى 8 غ توضع في لترين من ماء الشرب.

### الحمية

- تقليص كمية البروتين الحيواني (اللحم الاحمر، الذبائح، الدواجن، السمك الصغير، السردين...) لكي لا تتجاوز النسبة 1.2 غ/كلغ/اليوم.
- تقليص كمية المواد الغذائية الغنية بأكسالات (الحُمّاض، الشمندر، البسباس، الباربا، شوكلاته، البقدونس...)
- وإذا كان هناك سمنة أو مرض السكري ⇐ حمية غذائية منخفضة السعرات الحرارية.

<p>Auteur : MAGHLAZI Badr</p>	<p>Vérificateur : MEIOUET Faïza 2019-09-03</p>	<p>Validation : BENTALEB Lamiae 2019-09-09</p>	<p>Approbation : EL KABBAJ Saâd 2019-09-09</p>	<p>Application : 2019-09-09</p>	<p>Page 1 / 2 Édité le : 9 octobre 2019</p>
-----------------------------------	--	--	--	-------------------------------------	---

## مراقبة

تحليل البولوي الأول عند الاستيقاظ:

- الكريستالوريا
- قياس pH
- الكثافة