

11/2014

Medidas higiénico dietéticas luego de un cólico renal

### Medidas higiénico dietéticas luego de un cólico renal

1. Abundante hidratación. Lograr diuresis de dos a tres litros.
2. Disminuir ingesta de té, café, juego de tomate, limonada, bebidas carbonatadas, chocolate, cacao, espinaca, remolacha, zanahoria, sopa de verduras, porotos y nueces.
3. Restringir la ingesta de sal.
4. No restringir cantidad de calcio.
5. Disminuir cantidad de proteínas animales (carnes rojas, embutidos, achurras).
6. Utilizar el plan analgésico indicado en forma reglada:
  - Ketorolac 20 mg., un comprimido cada ocho horas.
  - Solamente si persiste el dolor: Tramadol 50 mg., 15-20 gotas cada seis - ocho horas.
7. Tener presente que el dolor puede recurrir, en ese caso utilizar analgesia de rescate y esto no está asociado a un cuadro más grave. Si el dolor es muy intenso, y no cede, concurrir al servicio de Emergencias.
8. Concurrir a la Guardia, si aparece: fiebre, molestias al orinar (ardor), vómitos incoercibles, ausencia de orina en 12 horas, sangre en la orina.
9. Realizar actividad física moderada.
10. Intente recuperar el cálculo.
11. Interconsulta con Servicio de Urología. Turnos al 0230-448-2000 (en el Hospital o Consultorios de Champagnat).

11/2014

Medidas higiénico dietéticas luego de un cólico renal

### Medidas higiénico dietéticas luego de un cólico renal

1. Abundante hidratación. Lograr diuresis de dos a tres litros.
2. Disminuir ingesta de té, café, juego de tomate, limonada, bebidas carbonatadas, chocolate, cacao, espinaca, remolacha, zanahoria, sopa de verduras, porotos y nueces.
3. Restringir la ingesta de sal.
4. No restringir cantidad de calcio.
5. Disminuir cantidad de proteínas animales (carnes rojas, embutidos, achurras).
6. Utilizar el plan analgésico indicado en forma reglada:
  - Ketorolac 20 mg., un comprimido cada ocho horas.
  - Solamente si persiste el dolor: Tramadol 50mg, 15-20 gotas cada seis - ocho horas.
7. Tener presente que el dolor puede recurrir, en ese caso utilizar analgesia de rescate y esto no está asociado a un cuadro más grave. Si el dolor es muy intenso, y no cede, concurrir al servicio de Emergencias.
8. Concurrir a la Guardia, si aparece: fiebre, molestias al orinar (ardor), vómitos incoercibles, ausencia de orina en 12 horas, sangre en la orina.
9. Realizar actividad física moderada.
10. Intente recuperar el cálculo.
11. Interconsulta con Servicio de Urología. Turnos al 0230-448-2000 (en el Hospital o Consultorios de Champagnat).