

Recommandations pour le patient

Madame, Monsieur, cher(e) patient(e), les examens réalisés lors de votre passage aux urgences ont mis en évidence une lithiase urinaire (pierre), également appelée colique néphrétique.

Cette lithiase peut bloquer partiellement l'écoulement de l'urine entre un rein et la vessie et provoquer des crises douloureuses parfois intenses.



Retour à domicile

Si la lithiase est de **taille modérée** et en l'absence de complications, un retour à domicile est possible.

➔ Il est alors essentiel de :

- traiter les douleurs qui peuvent encore survenir lors de la descente de la lithiase,
- surveiller son élimination.

Recommandations à suivre

1. Hydratation

- **Buvez abondamment** lorsque les douleurs sont contrôlées.
- En cas de nouvelle crise douloureuse :
 - ➔ arrêtez temporairement de boire
 - ➔ prenez les antidouleurs prescrits.
- En prévention, une fois les douleurs calmées, continuez à bien vous hydrater quotidiennement (objectif : **2 à 2,5 litres de liquides par jour**, répartis sur la journée) afin de maintenir des **urines claires**.

2. Filtration des urines

- **Filtrez systématiquement vos urines** à chaque miction (à l'aide d'un filtre à café ou de compresses de gaze).
- Si la lithiase est éliminée (petit caillou beige, gris ou brun de quelques millimètres), l'épisode de colique néphrétique est probablement terminé.
- Une **analyse de la lithiase** peut être demandée : dans ce cas, le médecin vous remettra une prescription pour le laboratoire.

3. Traitement médicamenteux

Prenez les médicaments prescrits selon les indications suivantes :

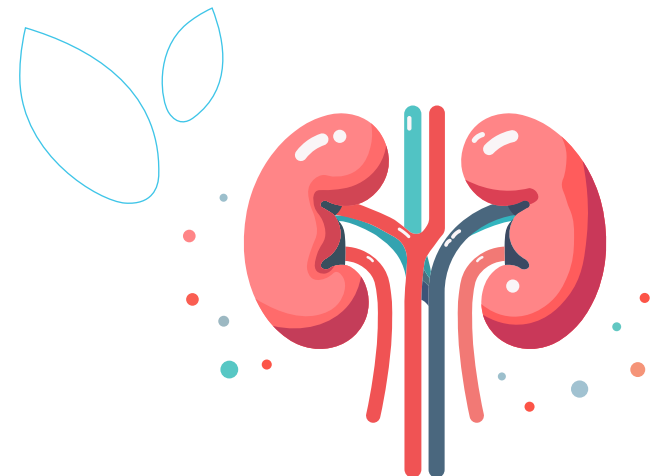
- **Paracétamol** (Dafalgan®, Algostase®, Doliprane®)
 - ➔ 1g, **3 fois par jour**
- **Ibuprofène** ou autre anti-inflammatoire
 - ➔ 600 mg, **3 fois par jour**, de préférence pendant les repas
- **Tramadol 50 mg** (Tradonal®, Contramal®)
 - ➔ jusqu'à **4 à 6 prises par jour** si les douleurs persistent

- En cas de **nausées ou vomissements** :
 - ➔ Litican® 50 mg ou Dompéridone, **3 fois par jour**
- Un traitement facilitant l'élimination de la lithiase peut être prescrit lorsque celle-ci est située dans la partie basse de l'uretère :
 - ➔ **Tamsulosine 0,4 mg, 1 fois par jour**, jusqu'à l'élimination complète.

⚠ Ce médicament peut provoquer une baisse de la tension artérielle. Soyez prudent(e) lors du lever les premiers jours et contactez votre médecin en cas de doute.

4. Conseils alimentaires

- Privilégiez une alimentation riche en **fruits et légumes**.
- Réduisez la consommation de **protéines animales** et de **sel**.
- Selon le résultat de l'analyse de la lithiase, des recommandations diététiques spécifiques pourront être proposées afin de prévenir les récives.



Suivi médical

Si la lithiase **n'est pas éliminée dans les 10 jours**, prenez rendez-vous en **consultation d'urologie**, en précisant :

- le motif de votre appel,
- la date de votre passage aux urgences.

Contacts :

- **Arlon: 063/55.15.23**
- **Saint-Mard: 063/55.17.89**

Si un examen d'imagerie est nécessaire pour votre suivi, contactez le service de radiologie afin qu'il soit réalisé **la veille ou le matin du rendez-vous chez l'urologue**.

Une demande d'examen vous sera remise.

Pour prendre rendez-vous :

- **Radiologie Arlon: 063/55.15.51**
- **Radiologie Saint-Mard: 063/55.17.11**

Vivalia Hôpital d'Arlon

Service des Urgences

Rue des Déportés 137
6700 Arlon

063 55 47 20

www.vivalia.be



Quand revenir aux urgences ?

Retournez immédiatement aux urgences si :

- les douleurs ou les vomissements ne sont pas contrôlés par le traitement,
- vous n'arrivez plus à uriner,
- vous présentez de la fièvre.

! Patients diabétiques :
surveillez attentivement votre glycémie et consultez les urgences en cas de déséquilibre.



**Colique
néphrétique**

Hôpital d'Arlon