



La beauté insoupçonnée des calculs rénaux

Les calculs rénaux sont connus pour les douleurs particulièrement intenses qu'ils provoquent. Mais on ignore souvent leur diversité de formes et de couleurs.

Par **Stéphany Gardier** Illustrations : **Michel Saemann**

DES SELS CRISTALLISÉS

Les calculs rénaux tirent leur nom du latin *calculus*, petit caillou, mais il s'agit en réalité de cristaux. Ils sont formés dans les reins par des sels qui, en conditions normales, sont dissous dans les urines et éliminés par cette voie. Quand la concentration de ces sels est trop importante, il se produit un phénomène de sursaturation : les sels cristallisent. C'est la lithiase rénale, ou colique néphrétique. La douleur se déclenche lorsque le calcul s'engage dans le canal qui va des reins à la vessie et bloque ainsi le passage des urines.

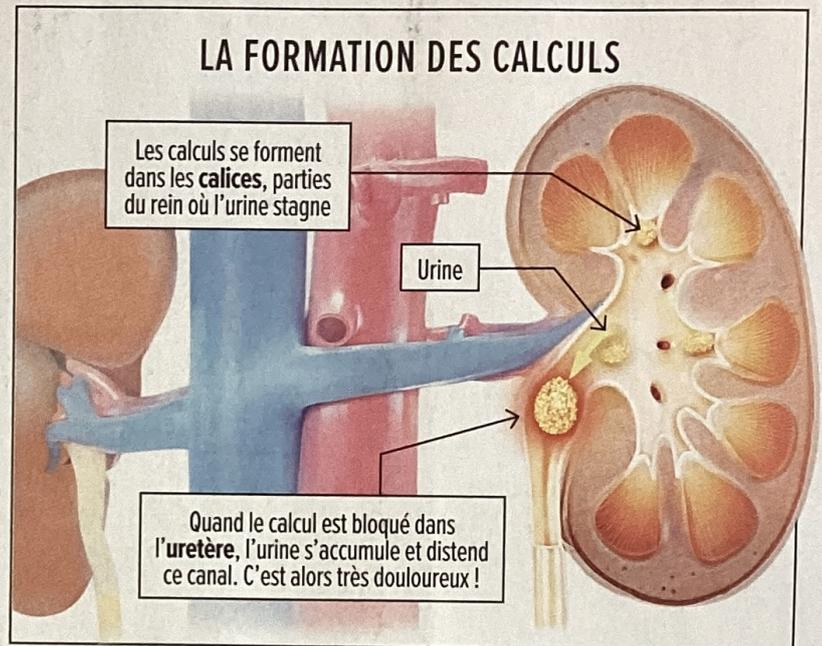
RECONNAÎTRE POUR TRAITER

L'analyse du calcul récupéré dans les urines ou lors d'une intervention chirurgicale permet de déterminer sa composition et son origine, qui orienteront le traitement et les mesures de prévention. Environ 80 % des calculs sont composés d'oxalate de calcium. La consommation de calcium n'est pas à proscrire, mais doit être raisonnable et répartie sur les 3 repas. La consommation d'aliments riches en potassium, magnésium et citrates (jus de citron par exemple) est recommandée, alors qu'il vaut mieux éviter une consommation quotidienne ou en grosse quantité de produits riches en oxalates (cacao, chocolat, curcuma, graines, fruits à coques...). Plus de la moitié des calculs sont dus à un excès d'aliments contenant des éléments « prolithogènes » : sel, viande, charcuterie, fromage, sucreries, biscuits, etc. Plus rares, les calculs de struvite sont consécutifs à des infections urinaires. Les germes en cause rendent l'urine plus alcaline, ce qui favorise la formation des calculs.

À RETENIR S'hydrater suffisamment (au moins 2,5 L par jour), toutes les 2 à 3 h et une fois en deuxième partie de nuit, évite la concentration des urines. C'est un premier geste de prévention.

👩 *Experte consultée : Dr Isabelle Tostivint, néphrologue, présidente et fondatrice de l'association Lunne.*

LA FORMATION DES CALCULS



UNE GRANDE VARIÉTÉ

Les formes et les couleurs des calculs diffèrent selon la composition des cristaux. Ils sont présentés ici par ordre de fréquence. Il existe aussi des calculs « mixtes » contenant différents composés.



➤ **Whewellite**
Oxalate de calcium monohydraté
Petite sphère lisse de couleur brun-noir



➤ **Weddellite** Oxalate de calcium dihydraté
De couleur brun clair avec une apparence proche de celle d'une rose des sables



➤ **Acide urique**
Aspect poreux, de couleur orangée



➤ **Brushite**
Phosphate de calcium
De couleur blanchâtre



➤ **Struvite** Phosphate ammoniaco-magnésien
De couleur variant d'incolore à brun clair, et invisible à la radiographie au début de sa formation



➤ **Cystine**
Des formes variables, mais de couleur miel caractéristique