

Calculs CALCIQUES (Type II, oxalate de calcium dihydraté, weddelite)

⚠️ TROIS FACTEURS DE RISQUE

1) Urines concentrées

Urines foncées
Volume insuffisant

2) Diététique

Apports en sel trop importants
Apports en protéines trop importants
Apports calciques > 1500 mg/j
(> 5 produits laitiers)

3) Pathologies sous-jacentes

Acquises (ex : hyperparathyroïdie)
Génétiques ("Tubulopathies")

"La diététique est importante dans tous les cas, même s'il existe une cause associée."

✓ CONDUITE À TENIR

HYDRATATION (Dilution)

- Objectif : **Urines claires toute la journée**
- Volume cible selon l'intensité des calculs
- Privilégier l'eau
- S'hydrater en particulier l'été ou lors d'une activité physique

DIÉTÉTIQUE

Apports en calcium, sel et protéines normaux

EXAMENS COMPLÉMENTAIRES

- Biologie spécialisée ± test de charge calcique

"Plus on mange du sel ou des protéines, plus on urine du calcium"

