

# Calculs d'ACIDE URIQUE

## 1) pH urinaire acide = INSULINORÉSISTANCE

(associé à l'hypertension, surpoids, diabète, ...)

"Les calculs d'acide urique sont un témoin indirect qu'il faut prendre en charge les facteurs de risque cardiovasculaire"

## ⚠️ DEUX FACTEURS DE RISQUE

## 2) Augmentation de l'acide urique dans les urines

## ✓ CONDUITE À TENIR

**1) Régime méditerranéen**  
= DASH-diet (rarement suffisant seul, mais essentiel)

- Fruits et légumes
- Moins d'alcool, moins de viande/abats

**+ 2) Alcaliniser les urines\***

- Objectif  $\geq 6.5$

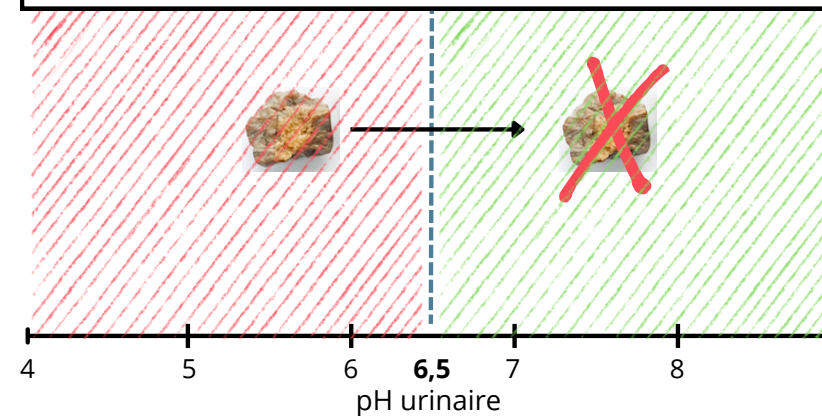
Citrate de potassium

Lithosolv®

Bicarbonate de sodium  
(Apporte du sel)

Préparation magistrale :  
Diluée dans de l'eau, à boire sur les 24 heures

**\*A partir d'un pH urinaire de 6,5, les calculs de dissolvent dans l'urine**



**1) Régime méditerranéen**

**+**

**2) Allopurinol**

### Autres aides :

- Bonne dilution des urines
- Glifozines : médicaments pouvant limiter les récurrences dans certaines indications
- Perte de poids, équilibrer le diabète