

Testata: TeleClubItalia

Data: 2 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://www.teleclubitalia.it/fare-sesso-migliore-la-salute-del-rene-lo-dice-luniversita/1222795/>



FARE SESSO MIGLIORE LA SALUTE DEL RENE, LO DICE L'UNIVERSITÀ

Lo studio turco è stato realizzato su pazienti maschi, maggiorenni, con colica renale o diagnosi di calcolo ureterale, randomizzati in 3 gruppi. Dei 90 soggetti rispondenti ai criteri di inclusione, 75 hanno completato lo studio che prevedeva una durata di 4 settimane con follow up a 2 e 4 settimane. Al primo gruppo (gruppo 1 con 31 pazienti) era stata data come unica indicazione quella di avere almeno 3 rapporti sessuali alla settimana, al secondo gruppo (gruppo 2 con 21 pazienti) è stato somministrato un alfa-litico, al terzo gruppo (gruppo 3 con 23 pazienti) solo una terapia sintomatica, fungendo da gruppo di controllo. A distanza di 2 settimane dall'avvio dello studio gli autori hanno osservato che nel gruppo 1 la percentuale di espulsioni spontanee dei calcoli era quasi doppia (84%) rispetto a quella del gruppo 2 (47%), mentre il gruppo 3 mostrava la percentuale più bassa (34%).

A quattro settimane il 93,5% dei pazienti del gruppo 1, l'81% del gruppo 2 ed il 78% del gruppo 3 avevano espulso spontaneamente i calcoli. "Le conclusioni dello studio ci portano a considerare che i rapporti sessuali abbiano un ruolo nel facilitare l'espulsione spontanea dei calcoli ureterali e nel ridurre il tempo di espulsione -sottolinea Alessandro Palmieri, presidente della SIA e professore di Urologia presso la Clinica Urologica dell'Università di Napoli Federico II -. A differenza dei colleghi turchi, però, riteniamo che la ragione sia da ricercare non tanto nella liberazione di ossido nitrico (NO), tipica dell'erezione, ma nella combinazione di movimento e rilascio di endorfine. A beneficiarne sarebbero perciò potenzialmente anche le donne. Qualora, invece, studi più approfonditi e su una popolazione più ampia confermassero il ruolo dell'NO, si aprirebbe la possibilità di valutare una nuova indicazione per gli inibitori delle fosfodiesterasi di tipo 5, i farmaci contro la disfunzione erettile, che ne stimolano l'azione"

Testata: Tutto per lei

Data: 4 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://www.tuttoperlei.it/2015/12/04/contro-i-calcoli-renali-un-rimedio-naturale-il-sesso-tre-volte-a-settimana/>

TuttoperLei
Il mondo delle donne

Contro i calcoli renali un rimedio naturale, il sesso tre volte a settimana

a cura di Giovanna Manna

data pubblicazione 04 dic 2015 alle ore 6:03am

Fare l'amore tre volte a settimana, secondo gli esperti, sarebbe un ottimo rimedio per alleviare il problema dei calcoli renali.

A rivelarlo uno studio condotto del Training and Research Hospital di Ankara, pubblicato sulla rivista scientifica Urology.

Secondo i ricercatori, il movimento che si pratica durante l'attività sessuale e la secrezione di endorfine, i cosiddetti "ormoni del piacere", sarebbero capaci di facilitare l'espulsione spontanea dei "sassolini" in pazienti maschi maggiorenni con colica renale o diagnosi di calcolo ureterale.

Lo studio ha esaminato 90 uomini, suddividendoli in tre gruppi per quattro settimane. Al primo gruppo è stato chiesto di fare sesso tre volte a settimana, al secondo di assumere un farmaco alfa-litico contro l'ipertrofia prostatica e al terzo di monitorarlo come gruppo di controllo.

Dopo l'esperimento, gli scienziati hanno scoperto che il 93,5% dei pazienti del primo gruppo, ovvero l'81% del secondo e il 78% del terzo aveva espulso spontaneamente i calcoli dai reni.

Giorgio Franco, presidente della Società italiana di andrologia spiega che "Il movimento meccanico praticato con il rapporto sessuale e l'azione miorilassante delle endorfine rilasciate durante l'orgasmo, "potrebbero essere la causa di una più semplice e rapida espulsione dei piccoli calcoli posizionati nel tratto finale dell'uretere".

Testata: Salute24 Il Sole 24 ORE

Data: 4 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://salute24.ilsole24ore.com/articles/18315-reni-i-calcoli-si-combattono-con-il-sesso>



Reni, i calcoli si combattono con il sesso

I rapporti sessuali sembrano favorire l'eliminazione almeno quando a soffrirne sono gli uomini

Farmaci e bisturi non sono le uniche armi efficaci nella lotta contro i **calcoli renali**: secondo uno studio pubblicato su Urology da un gruppo di ricercatori del Clinic of Ankara Training and Research Hospital (Turchia) il **sesso** può promuoverne l'espulsione spontanea, riducendo il tempo medio di espulsione sia rispetto alle terapie puramente sintomatologiche che rispetto a quelle basate sull'assunzione di farmaci specifici.

Oggi i calcoli renali sono sempre più frequenti, complice anche un aumento delle proteine assunte attraverso l'alimentazione. La loro presenza può scatenare forti **coliche** che portano inevitabilmente a chiedere l'aiuto di un medico, che nei casi non urgenti fa tornare a casa il paziente prescrivendo l'assunzione di acqua in abbondanza, più movimento possibile ed eventualmente dei farmaci. La speranza è che in questo modo i calcoli vengano espulsi spontaneamente, ma sfortunatamente non è sempre questo il caso, e per risolvere il problema può essere necessario sottoporsi a un **intervento chirurgico**.

Lo studio pubblicato su Urology suggerisce però che in alcuni casi l'espulsione dei calcoli potrebbe essere efficacemente promossa attraverso l'**attività sessuale**. Infatti mentre a 2 settimane dall'inizio dello studio solo il 34,8% dei partecipanti cui è stata prescritta una semplice terapia sintomatologica aveva espulso spontaneamente i calcoli, la frequenza di espulsione spontanea fra i partecipanti cui è stato prescritto di avere 3-4 rapporti sessuali alla settimana è risultata quasi **doppia** rispetto a quanto osservato fra i partecipanti che hanno assunto un farmaco specifico (83,9% contro 47,6%). Al termine dello studio, il tempo medio di espulsione è risultato di 18 giorni in assenza di terapie specifiche, di 16,6 giorni fra chi aveva assunto il farmaco per espellere i calcoli e 10 giorni fra chi aveva testato gli effetti del sesso.

Chi può combattere i calcoli con l'attività sessuale?

Lo studio sembra indicare che il sesso potrebbe essere un'opzione per gli uomini alle prese con **calcoli a livello della parte terminale dell'uretere**. Tutti i partecipanti, infatti, erano uomini con questo tipo di problema. Secondo gli autori "se il paziente ha un partner sessuale, avere rapporti sessuali almeno 3 volte alla settimana può fare bene in termini di aumento della probabilità di espulsione spontanea in chi ha calcoli di **dimensioni uguali o inferiori ai 6 mm** nella parte terminale dell'uretere".

I ricercatori ipotizzano che l'**ossido nitrico** (NO) generato durante l'erezione porti al rilassamento del muscolo associato all'uretra, facilitando così l'espulsione. Ciò significherebbe che nel caso delle **donne** il sesso potrebbe non essere una soluzione. Secondo gli esperti della Società Italiana di Andrologia (Sia) l'espulsione potrebbe invece essere favorita da altri fenomeni. Giorgio Franco, presidente della Società, spiega infatti che “alla base di una più semplice e rapida espulsione dei piccoli calcoli posizionati nel tratto finale dell'uretere” potrebbero esserci “il**movimento meccanico** del rapporto sessuale e l'azione miorilassante delle **endorfine** rilasciate durante l'orgasmo”. “A beneficiarne sarebbero perciò potenzialmente anche le donne”, osserva Alessandro Palmieri, presidente eletto della Sia, concludendo: “Qualora, invece, studi più approfonditi e su una popolazione più ampia confermassero il ruolo dell'NO, si aprirebbe la possibilità di valutare una nuova indicazione per gli inibitori delle fosfodiesterasi di tipo 5, i farmaci contro la disfunzione erettile, che ne stimolano l'azione”.

Testata: IntelligoNews.it

Data: 4 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://www.intelligonews.it/articoli/4-dicembre-2015/34076/il-sesso-non-solo-anti-calcoli-renali-ma-occhio-a-non-esagerare>

"Fatevi" due calcoli col sesso, ma senza esagerare. I rapporti sono consigliati per la salute

04 dicembre 2015 ore 10:05, Marta Moriconi



Calcoli e sesso: un binomio nuovo, ma che racconta una storia. Quella di chi soffre di sassolini renali: alla fine la soluzione potrebbe essere divertente. Ebbene sì, i medici consigliano il sesso.

I pazienti potranno risolvere il rischio di un attacco facendo l'amore per tre volte almeno a settimana. Pare che sia davvero efficace la soluzione. Ma non è l'unica scoperta degli scienziati, questa volta turchi e dell'ente di Formazione e Ricerca all'ospedale di Ankara, capitale della Turchia, che lega il sesso alla salute.

Se da un lato avere rapporti sessuali con il proprio partner aiuta ad eliminare i calcoli ai reni attraverso la minzione, si tratta di quelli non solo di quelli più piccoli che misurano meno di un pollice di diametro e possono essere smaltiti attraverso la minzione anche con l'aiuto di farmaci, andare "a letto" a bene anche ad altri aspetti della salute.

Per esempio, il sesso fa bene al cervello: "Fare sesso - ripotava Il Giornale passando in rassegna i consigli della rivista Time - è un po' come assumere una droga perché agisce sugli stessi circuiti cerebrali attivati da cocaina, caffeina, nicotina e cioccolato. È calmante, antidepressivo, antidolorifico e, almeno in ratti e topi, alleato della memoria".

Ancora. Fare sesso, svolto nel modo giusto, allunga la vita. A sostenere questa teoria è stato uno studio che ha dimostrato come chi abbiamo una vita sessuale attiva, diminuisca di circa il 28% le probabilità di contrarre una malattia grave, come cancro o leucemia.

Idem per il cuore: uomini e donne secondo uno studio dello scorso anno dal Research Institute del New England ha dimostrato che fare sesso due volte alla settimana riduce il rischio di un attacco di cuore del 45%.

Ma occhio, il sesso deve essere fatto bene. Massimo 3 alle 4 volte a settimana. Tornando ai calcoli, per gli scienziati è nell'espulsione dell'ossido di azoto post-orgasmo che si crea quel rilassamento dei muscoli dell'uretere utile allo scarico involontario dei calcoli renali.

“Oggi, la MET [terapia medica espulsiva] è raccomandata come trattamento di prima linea contro calcoli ureterali che non richiedono un intervento chirurgico“, i ricercatori hanno fatto sapere. “A nostro avviso, se il paziente ha un partner sessuale, avere rapporti sessuali almeno 3 volte alla settimana può essere utile per aumentare la probabilità di spontanea espulsione di pietra nei pazienti con calcolosi ureterale distale minore o uguale ai 6 mm di dimensione.”

Testata: FidelityNews

Data: 4 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://news.fidelityhouse.eu/salute/calcoli-renali-una-maggiore-attivita-sessuale-li-eliminarebbe-174823.html>



Calcoli renali: una maggiore attività sessuale li eliminerebbe

Secondo un recente studio condotto da un team di ricercatori turchi, praticare attività sessuale almeno tre volte a settimana potrebbe favorire l'eliminazione spontanea dei calcoli renali

SALUTE

📅 Pubblicato il **4 DICEMBRE 2015**, alle ore 14:30

Stando agli ultimi dati statistici raccolti, i **calcoli renali** rappresentano una patologia in aumento (anche a causa di una dieta sempre più ricca di proteine), che **colpisce circa il 10-12% della popolazione italiana**.

Secondo un recente studio condotto da un gruppo di medici ricercatori turchi del *Dipartimento di Urologia del Training and Research Hospital di Ankara* e pubblicato sulla rivista "Urology", l'**attività sessuale avrebbe un'efficacia maggiore dei farmaci per curare i calcoli renali**. Dunque l'attività sessuale non solo consente di ridurre il rischio di sviluppare tumori alla prostata ma faciliterebbe anche l'**eliminazione naturale dei calcoli renali**, ovvero di quei fastidiosissimi "sassolini" che si formano nei reni nel corso degli anni.

Per arrivare a quest'affermazione i ricercatori hanno preso in esame per 4 settimane 90 pazienti di sesso maschile, maggiorenni, con diagnosi di calcolo ureterale o colica renale, che sono stati suddivisi casualmente in 3 gruppi. Al primo gruppo è stato chiesto di **avere rapporti sessuali almeno tre volte a settimana**; al secondo gruppo è stato chiesto di assumere un farmaco alfa-litico contro l'**ipertrofia prostatica**; il terzo gruppo è stato invece utilizzato come gruppo di controllo.

Dopo sole due settimane di osservazione, il gruppo a cui sono stati raccomandati almeno tre rapporti sessuali alla settimana presentava un netto miglioramento del quadro clinico di riferimento: la percentuale di espulsioni naturali dei calcoli renali è stata dell'84% (salita a 93,5% alla quarta settimana) per questo gruppo, del 47% per il secondo e del 34% per il terzo.

Ma qual è la **spiegazione scientifica** sottostante questi risultati? Probabilmente non è tanto la liberazione di ossido nitrico (NO), tipica dell'erezione maschile, a favorire l'espulsione dei piccoli calcoli presenti nel tratto finale dell'uretere (come sostenuto dai medici turchi), quanto il **movimento meccanico tipico del rapporto sessuale** e soprattutto l'azione miorilassante delle endorfine rilasciate durante l'orgasmo, che alleviano le tensioni nei pressi dei reni.

Testata: TGCOM24

Data: 3 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: http://www.tgcom24.mediaset.it/salute/contro-i-calcoli-renali-l-arma-migliore-e-il-sesso-merito-degli-ormoni-del-piacere_2147250-201502a.shtml



3 dicembre 2015

Contro i calcoli renali l'arma migliore è il sesso: merito degli ormoni del piacere

Lo rivela uno studio turco: tre rapporti a settimana favoriscono negli uomini l'espulsione spontanea dei "sassolini" grazie alla secrezione di endorfine

12:53 - Fare l'amore tre volte a settimana potrebbe alleviare il problema dei **calcoli renali** meglio dei farmaci. A rivelarlo è uno studio del **Training and Research Hospital** di Ankara, pubblicato sulla rivista **Urology**. Gli esperti sostengono che il movimento durante l'attività sessuale e la secrezione di **endorfine**, i cosiddetti "ormoni del piacere", facilitino l'espulsione spontanea dei "sassolini" in pazienti maschi maggiorenni con colica renale o diagnosi di calcolo ureterale.

I test - Lo studio ha coinvolto 90 uomini, suddivisi in tre gruppi ed esaminati per quattro settimane. Al primo campione è stato indicato di avere tre rapporti sessuali a settimana, mentre al secondo è stato somministrato un farmaco alfa-litico contro l'ipertrofia prostatica. I restanti volontari erano raggruppati nel campione di controllo. Conclusi i test, gli autori hanno osservato che **il 93,5%** dei pazienti del primo gruppo, **l'81%** del secondo e **il 78%** del terzo avevano espulso spontaneamente i calcoli.

La spiegazione dell'esperto - Il movimento meccanico del rapporto sessuale e l'azione miorilassante delle endorfine rilasciate durante l'orgasmo, invece "potrebbero essere alla base di **una più semplice e rapida espulsione dei piccoli calcoli posizionati nel tratto finale dell'uretere**", afferma Giorgio Franco, presidente della **Società italiana di andrologia**. In Italia sono in crescita i malati di **calcolosi renale**, una patologia in aumento anche a causa di una maggiore assunzione di proteine dalla dieta.

Non solo sesso - "Il normale approccio terapeutico alla colica renale causata da calcoli di dimensioni inferiori ai 6 millimetri prevede la somministrazione di alfabloccanti, uniti all'**assunzione abbondante di acqua**, agli **antispastici** e al suggerimento di **camminare, correre, saltellare**, compatibilmente con le condizioni di salute del paziente". Lo spiega Mauro Silvani, urologo presso l'Asl di Biella, che aggiunge: "Se dopo 4 settimane il calcolo non viene espulso per via naturale, diventa indispensabile **intervenire chirurgicamente** per ridurre il rischio di esclusione funzionale del rene".

Testata: MedinaLive


Data: 3 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://www.medicinalive.com/il-nostro-corpo/urologia-e-nefrologia/calcoli-renali-cura-sesso-acqua/>



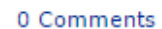
Calcoli renali, cura a base di sesso ed acqua

 **Valentina Cervelli**
3 dicembre 2015

 Condividi 14

 Tweet

 G+ 5

 0 Comments

Calcoli renali? Una cura eccezionale a base di **sesso** e tanta **acqua**. E' questo il suggerimento degli esperti del Training and Research Hospital di Ankara in seguito ad una ricerca recentemente condotta e pubblicata sulla rivista di settore *Urology*.

Sarebbe il movimento specifico eseguito nel corso del **rapporto sessuale** e la conseguente secrezione delle **endorfine** culminante con l'**orgasmo** a favorire l'espulsione dei calcoli renali senza che le persone sentano un dolore esagerato. Va detto però che questo metodo funzionerebbe esclusivamente con uomini con **diagnosi di colica renale o calcolo uretrale**.

Per giungere alle loro conclusioni gli scienziati hanno analizzato un campione di 90 uomini e dopo averli divisi in tre gruppi li hanno tenuti sotto controllo per un mese. Al primo è stato richiesto di avere tre **rapporti sessuali** a settimana, al secondo è stato indicato di assumere un *farmaco alfa-litico* contro l'**ipertrofia prostatica**, utile anche per l'espulsione dei **calcoli renali**. Il terzo gruppo di volontari ha avuto il ruolo di campione di controllo. Alla fine del periodo di follow up è stato possibile osservare che l'espulsione volontaria dei calcoli è avvenuta nel 93,5% dei pazienti del primo gruppo, nell'81% del secondo e nel 78% del terzo.

Anche gli esperti della *Società Italiana di Andrologia* sono convinti che il movimento meccanico tipico dei rapporti sessuali e l'*azione miorilassante delle endorfine* possano essere stati in grado di favorire un'espulsione rapida di calcoli posti nella parte finale dell'**uretere**. Di certo si tratta di un approccio alternativo alla **patologia**. Di solito la **colica renale** accompagnata da calcoli fino a 6 millimetri viene curata con alfabloccanti, tanta acqua da bere, e del movimento fisico basato sullo **stato di salute** del paziente coinvolto.

In caso di mancata espulsione dopo 4 settimane si interviene chirurgicamente. Potrà non sembrare una tecnica molto "professionale", ma in caso di **calcolosi renale** è evidente che un po' di **intimità** e tanta idratazione possono davvero rivelarsi utili per stare meglio.

Testata: Leonardo.it

Data: 3 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://salute.leonardo.it/prevenire-calcoli-grazie-al-sesso/>

 Leonardo.it Benessere



La ricetta giusta per **prevenire i calcoli** – chi ne soffre sa quanto possano essere estremamente fastidiosi – sembra essere la seguente: fare sesso almeno tre volte la settimana, muoversi in generale e bere tanti liquidi (acqua soprattutto). A dirlo sono i medici turchi del Training and Research Hospital di Ankara, che avrebbero dimostrato come **l'attività sessuale** sia in grado di facilitare molto, grazie ai propri movimenti, l'espulsione dei calcoli presenti nell'uretre. **Fare sesso più frequentemente** aiuterebbe inoltre a far funzionare meglio i farmaci che aiutano nel meccanismo di espulsione per via naturale.

I risultati dello studio condotto dai medici turchi sarebbe stato appoggiato anche da alcuni esperti del nostro Paese, facenti parte della Società italiana di andrologia, che avrebbero spiegato tutti questi effetti per merito delle **endorfine**, ossia degli ormoni del piacere. Il movimento che si effettua durante il sesso e l'**azione miorilassante** delle endorfine

(rilassamento muscolare) durante l'orgasmo potrebbero aiutare a prevenire i calcoli favorendone l'espulsione nel tratto finale dell'uretre.

In effetti lo studio turco sembrerebbe suggerire proprio una soluzione di questo tipo. In base alle ricerche mediche infatti, dei novanta uomini impiegati per i test, suddivisi in gruppi, il gruppo che ha risposto meglio è stato quello che ha avuto **rapporti sessuali almeno tre volte la settimana**. Questi ultimi, infatti, hanno presentato percentuali di espulsione spontanea dei calcoli superiore quasi del doppio rispetto agli altri.

I medici suggeriscono anche di **limitare il consumo di proteine** nella dieta perché assumerne in eccesso potrebbe essere deleterio per prevenire i calcoli. Bere molto, muoversi (correndo, saltando) e fare sesso potrebbero dunque essere tutti comportamenti da mettere in atto, costantemente, per non imbattersi nel rischio di dover sopportare i fastidiosi dolori delle coliche renali.

Testata: ContattoLab

Data: 3 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://www.contattolab.it/calcoli-renali-eliminati-facendo-sesso-3-volte-a-settimana/>



SALUTE & AMBIENTE

Calcoli renali, eliminati facendo sesso 3 volte a settimana

Soffrite di calcoli? il sesso potrebbe essere la soluzione

Da **raffaele riccio** - 3 dic

Soffrite di calcoli uretrali? la migliore cura è decisamente piacevole e salutare, bisogna bere molta acqua durante la giornata, fare del sano sport, senza eccessivi sforzi, e soprattutto **fare sesso almeno 3 volte alla settimana.**

Una medicina naturale dunque che supererebbe l'efficacia di molti farmaci specializzati nella cura dei calcoli nell'uretra, fare sesso infatti aiuterebbe l'eliminazione dei fastidiosissimi e spesso dolorosi sassolini che si vanno a formare nel corpo

Perchè proprio il sesso? Secondo gli specialisti tutto parte dall'endorfina, ovvero gli ormoni che si attivano con il piacere. Il connubio tra il classico movimento meccanico del **rapporto sessuale e il conseguente rilassamento muscolare** indotto appunto dalle endorfine faciliterebbe **l'espulsione dei calcoli nel tratto conclusivo dell'uretere.**

LA RICERCA

La ricerca è stata portata avanti dal *Dipartimento di Urologia del Training and Research Hospital* di Ankara e ha visto prendere in esame 90 uomini, maggiorenni, con colica renale o diagnosi di calcolo ureterale, suddivisi in 3 gruppi. I pazienti che hanno concluso il test, durato 4 settimane sono stati 75. Ogni gruppo è stato istruito per compiere delle azioni specifiche, Ad un gruppo è stata data come unica indicazione quella di avere almeno 3 rapporti sessuali a settimana, al secondo è stato somministrato un farmaco alfa-litico, nel "gruppo controllo" è stata data una terapia sintomatica. Dopo 2 settimane i ricercatori hanno osservato che nel primo gruppo la percentuale di espulsioni spontanee dei calcoli era quasi doppia rispetto al gruppo 2 (84% contro 47%), mentre il terzo mostrava la percentuale più bassa (34%). A 4 settimane il 93,5% dei pazienti del gruppo 1, l'81% del gruppo 2 e il 78% del 3 avevano espulso spontaneamente i calcoli.

Calcoli renali

La **calcolosi renale** o **nefrolitiasi** è una condizione clinica caratterizzata dalla formazione di [precipitati](#) nel [rene](#), inquadrata all'interno delle [calcolosi](#) delle [vie urinarie](#). Quando è formata da cristalli di dimensioni molto ridotte, come granelli di sabbia, prende il nome **direnella**, ed è formata soprattutto da [urati](#) e [fosfati](#)

Epidemiologia

È una patologia piuttosto frequente, in Italia affligge in media il 7,5% della popolazione, in zone come il Medio Oriente la percentuale è anche superiore.

La distribuzione per sesso è più frequente nel sesso maschile che nelle donne, può o meno essere [sintomatica](#). Tramite ricerche scientifiche su validi campioni di persone elaborate da ricerche scientifiche americane, si è potuto osservare che vi è una particolare distribuzione geografica delle persone colpite da nefrolitiasi. Nelle parti del globo più calde infatti vi è una percentuale più alta di frequenza di calcoli renali.

Eziopatogenesi

Il calcolo urinario è un aggregato solido di varia forma e struttura che si deposita all'interno del rene o delle vie urinarie. La sua formazione è solitamente dovuta alla rottura di un delicato equilibrio mantenuto dalla funzione renale. I reni infatti per loro funzione devono da un lato risparmiare acqua, dall'altro eliminare sostanze di vario genere scarsamente solubili, in continuo adattamento a situazioni diverse, di idratazione, di dieta, di clima, di terapia farmacologica, di attività fisica. In condizioni fisiologiche la formazione di calcoli non avviene per la presenza nelle [urine](#) di sostanze che impediscono la precipitazione e la cristallizzazione dei sali di calcio e di altre che legano il calcio in complessi solubili. Questi meccanismi non sempre garantiscono una protezione efficace. Se le urine si saturano di composti insolubili si producono in una prima fase dei cristalli che aggregandosi fra loro danno origine al calcolo.

In ordine di frequenza, i principali tipi di calcoli urinari sono formati da:^[4]

- [Ossalato di calcio](#) (40%)
- [Fosfato di calcio](#) (15%)
- Ossalato e fosfato (15%)
- [Acido urico](#) (10%)
- Misti (acido urico e calcio) (10%)
- [Struvite](#) (fosfato ammonio-magnesiaco) (8%)
- [Cistina](#) (2%)

Testata: BlitzQuotidiano

Data: 3 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso

Link: <http://www.blitzquotidiano.it/photogallery/calcoli-renali-migliore-terapia-sesso-2-3-volte-settimana-2334468/>



Calcoli renali, migliore terapia? Sesso 2-3 volte settimana

Uno studio turco mostra come avere un'attività sessuale regolare sia un'ottima terapia contro i calcoli renali

Publicato il 3 dicembre 2015 15:25 | Ultimo aggiornamento: 3 dicembre 2015 15:25

ROMA – Calcoli renali? La migliore terapia è.. il sesso. Meglio dei farmaci. Almeno secondo quanto stabilito da una ricerca turca pubblicata su 'Urology' da un gruppo di medici del Training and Research Hospital di Ankara. In realtà la conclusione cui sono arrivati i medici turchi non è illogica: il sesso facilita l'espulsione dei calcoli. Quindi, a conti fatti, fare sesso e fare movimento almeno 2-3 volte alla settimana risulta terapeutico. A spiegare i risultati della ricerca è il quotidiano Repubblica che riporta anche le parole di Giorgio Franco, presidente della Società italiana andrologi: "Il movimento meccanico del rapporto sessuale e l'azione miorilassante delle endorfine rilasciate durante l'orgasmo – ipotizza Franco – potrebbero essere alla base di una più semplice e rapida espulsione dei piccoli calcoli posizionati nel tratto finale dell'uretere. Una conclusione curiosa, che deve portare clinici e ricercatori a riflettere su possibili alternative terapeutiche alle attuali, che potrebbero avere ripercussioni positive anche in termini di costi sanitari diretti (terapia farmacologica e chirurgica) e indiretti (giornate lavoro perse)". Nel dettaglio la ricerca turca è stata effettuata su di un campione di 90 pazienti maschi, maggiorenni, con colica renale o diagnosi di calcolo ureterale, suddivisi a caso in 3 gruppi. Ancora Repubblica: Dei 90 uomini che rispondevano ai criteri di inclusione, 75 hanno completato lo studio durato 4 settimane. Al primo gruppo è stata data come unica indicazione quella di avere almeno 3 rapporti sessuali a settimana, al secondo è stato somministrato un farmaco alfa-litico, al terzo solo una terapia sintomatica (gruppo controllo). Dopo 2 settimane gli autori hanno osservato che nel primo gruppo la percentuale di espulsioni spontanee dei calcoli era quasi doppia rispetto al gruppo 2 (84% contro 47%), mentre il terzo mostrava la percentuale più bassa (34%). A 4 settimane il 93,5% dei pazienti del gruppo 1, l'81% del gruppo 2 e il 78% del 3 avevano espulso spontaneamente i calcoli. - See more at: <http://www.blitzquotidiano.it/photogallery/calcoli-renali-migliore-terapia-sesso-2-3-volte-settimana-2334468/#sthash.rYonsYpq.dpuf>

Testata: Veb.it

Data: 2 dicembre 2015

Soggetto: Facciamo i calcoli con il sesso


Link: <http://www.veb.it/i-calcoli-renali-si-curano-col-sesso-17318>



Home > Salute > I calcoli renali si curano col sesso

SALUTE

I calcoli renali si curano col sesso

By **Angela Sorrentino** - dic 3, 2015  0

Potrebbe sembrare una notizia bizzarra, o una scusa propinata da un marito focoso ad una moglie reticente, ed invece è un'affermazione scientifica, fondata su dati statistici: il sesso aiuta a prevenire, ed anche a curare, i calcoli renali.

Uno studio pubblicato su 'Urology' da un gruppo di medici turchi del Training and Research Hospital di Ankara ha infatti dimostrato come l'attività sessuale faciliti l'espulsione spontanea dei calcoli uretrali: avere rapporti frequenti, addirittura, sembrerebbe funzionare meglio dei farmaci che aiutano a eliminare il 'sassolino' per vie naturali.

Dei 90 uomini che rispondevano ai criteri di inclusione, 75 hanno completato lo studio durato 4 settimane. Al primo gruppo è stata data come unica indicazione quella di avere almeno 3 rapporti sessuali a settimana, al secondo è stato somministrato un farmaco alfa-litico, al terzo solo una terapia sintomatica (gruppo controllo). Dopo 2 settimane gli autori hanno osservato che nel primo gruppo la percentuale di espulsioni spontanee dei calcoli era quasi doppia rispetto al gruppo 2 (84% contro 47%), mentre il terzo mostrava la percentuale più bassa (34%).

"Il movimento meccanico del rapporto sessuale e l'azione miorilassante delle endorfine rilasciate durante l'orgasmo – ipotizza Giorgio Franco, presidente della Sia – potrebbero essere alla base di una più semplice e rapida espulsione dei piccoli calcoli posizionati nel tratto finale dell'uretere. Una conclusione curiosa, che deve portare clinici e ricercatori a riflettere su possibili alternative terapeutiche alle attuali, che potrebbero avere ripercussioni positive anche in termini di costi sanitari diretti (terapia farmacologica e chirurgica) e indiretti (giornate lavoro perse)".