



Βασικές πληροφορίες για τους λίθους νεφρού και ουρητήρα

Πίνακας περιεχομένων

Τι είναι ο λίθος;	3
Τι προκαλεί τους λίθους νεφρού;.....	3
Συμπτώματα	3
Διάγνωση	4
Θεραπεία	4
Ενεργός θεραπεία του λίθου	5
Πρόληψη των υποτροπών της λιθίασης	6
Μεταβολική εκτίμηση	7
Γλωσσάρι	8

Αυτές οι πληροφορίες ενημερώθηκαν τελευταία φορά τον Ιουνίου 2012.

Το φυλλάδιο αυτό περιέχει γενικές πληροφορίες σχετικά με τους λίθους νεφρών και ουρητήρων. Αν έχετε τυχόν ειδικές ερωτήσεις σχετικά με την περίπτωσή σας, πρέπει να συμβουλευτείτε το γιατρό σας ή άλλο επαγγελματία παροχής υπηρεσιών υγείας.

Οι πληροφορίες αυτές έχουν παραχθεί από την Ευρωπαϊκή Ουρολογική Εταιρεία (ΕΟΕ) σε συνεργασία με το Τμήμα Ουρολιθίασης (EULIS) της ΕΟΕ, την Ομάδα των Νέων Ακαδημαϊκών Ουρολόγων της ΕΟΕ και το Ευρωπαϊκής Ένωσης Νοσηλευτών Ουρολογίας (EAUN).

Το περιεχόμενο αυτού του φυλλαδίου ευθυγραμμίζεται με τις κατευθυντήριες οδηγίες της ΕΟΕ.

Συνεργάτες:

Δρ. Thorsten Bach	Αμβούργο, Γερμανία
Δρ. Murat Binbay	Κωνσταντινούπολη, Τουρκία
Κα Nicola Dickens	Λονδίνο, Ηνωμένο Βασίλειο
Κα Bente Thoft Jensen	Århus, Δανία
Καθ. Δρ. Thomas Knoll	Sindelfingen, Γερμανία
Κος André Mendes	Castelo Branco, Πορτογαλία
Δρ. Francesco Sanguedolce	Βαρκελώνη, Ισπανία
Δρ. Christian Türk	Βιέννη, Αυστρία

σε συνεργασία με:



Βασικές πληροφορίες για τους λίθους νεφρού και ουρητήρα

Τι είναι ο λίθος;

Ο λίθος είναι μια σκληρή, στερεή μάζα που μπορεί να σχηματιστεί στη χοληδόχο κύστη, στην ουροδόχο κύστη και στους νεφρούς. Αυτοί οι τύποι λίθων έχουν διαφορετικές αιτίες και αντιμετωπίζονται με διαφορετικούς τρόπους.

Το παρόν ενημερωτικό φυλλάδιο αναφέρεται στους λίθους νεφρού και ουρητήρα. Αυτοί οι λίθοι σχηματίζονται στο νεφρό και είτε παραμένουν εκεί είτε μετακινούνται στον ουρητήρα (Εικ. 1).

Οι λίθοι νεφρού σχηματίζονται από την κρυσταλλοποίηση ανόργανων συστατικών και αλάτων εντός των ούρων. Οι περισσότεροι λίθοι αποβάλλονται από τον οργανισμό με την ούρηση. Ωστόσο, σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να χρειαστεί θεραπεία για την αφαίρεση τους.

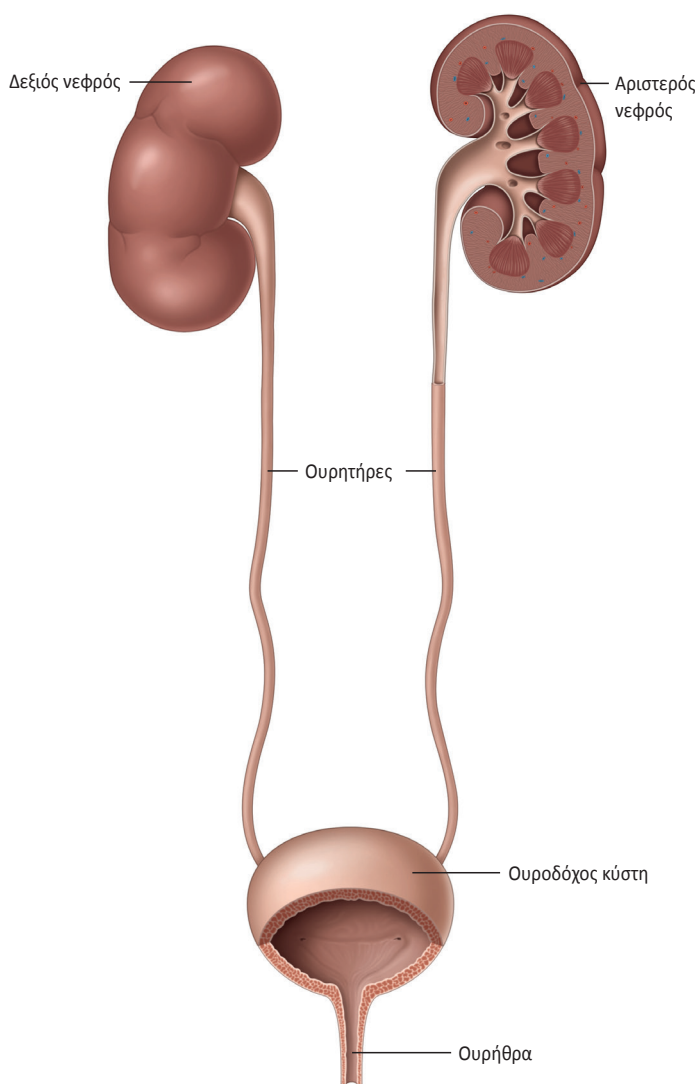
Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο περιέχει βασικές πληροφορίες για τους λίθους νεφρού και ουρητήρα. Αν θέλετε να μάθετε περισσότερες ενδελεχείς πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα: <http://patients.uroweb.org>

Στοιχεία για τους λίθους νεφρού

- Οι λίθοι είναι συχνοί: περίπου 1 στους 10 ανθρώπους θα σχηματίσει λίθο κάποια στιγμή.
- Έχετε 5-10% πιθανότητες να σχηματίσετε λίθο κατά τη διάρκεια της ζωής σας.
- Οι άνδρες σχηματίζουν λίθους συχνότερα από τις γυναίκες, σε αναλογία 3 προς 1. Αυτή η διαφορά γίνεται όλο και μικρότερη, πιθανότατα εξαιτίας αλλαγών στον τρόπο ζωής και τη διατροφή.
- Είναι πιο πιθανό να σχηματίσετε λίθο στην ηλικία 30-50
- Οι λιθιασικοί ασθενείς συνήθως σχηματίζουν λίθους περισσότερο από μια φορά στη ζωή τους.

Τι προκαλεί τους λίθους νεφρού;

Οποιοσδήποτε μπορεί να δημιουργήσει λίθο κατά τη διάρκεια της ζωής του. Οι λίθοι μπορούν να σχηματιστούν όταν υπάρχει μια ανισορροπία στον τρόπο που το σώμα σας παράγει τα ούρα. Αυτό μπορεί να σχετίζεται με την ποσότητα των υγρών που πίνετε και με την παρουσία ή όχι στα ούρα ουσιών που πυροδοτούν το σχηματισμό λίθων.



© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

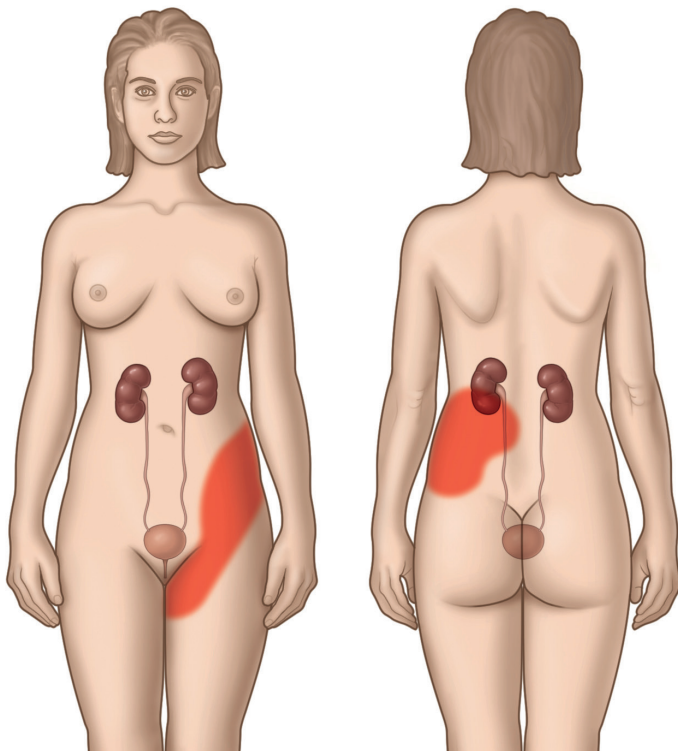
Εικ. 1: Η ουροφόρος οδός.

Συμπτώματα

Οι άνθρωποι συνήθως συνδυάζουν τους λίθους νεφρού και ουρητήρα με την εμφάνιση πόνου. Ωστόσο, τα συμπτώματα μπορεί να ποικίλουν από τον σοβαρό πόνο μέχρι την πλήρη απουσία πόνου. Αυτό εξαρτάται από τα χαρακτηριστικά του λίθου, όπως το μέγεθος, το σχήμα και τη θέση του μέσα στην ουροφόρο οδό.

Σοβαρός πόνος (κωλικός νεφρού)

Αν ο λίθος αποφράξει τη φυσιολογική ροή των ούρων διαμέσου του ουρητήρα, θα αισθανθείτε σοβαρό πόνο, γνωστό ως κωλικό του νεφρού. Πρόκειται για έναν οξύ πόνο στη σφυϊκή και λαγόνια χώρα (στην περιοχή από τις πλευρές



©2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Εικ. 2: Περιοχή πιθανού πόνου κωλικού νεφρού.

μέχρι τα ισχία). Ο πόνος μπορεί να γίνει επίσης αισθητός στη βουβωνική χώρα ή στο μηρό. Οι άνδρες μπορεί να αισθανθούν τον πόνο στους όρχεις τους (Εικ. 2).

Αλλα συμπτώματα που μπορεί να συνοδεύουν τον κωλικό του νεφρού είναι:

- Ναυτία
- Εμετός
- Αίμα στα ούρα (τα ούρα γίνονται ροζ)
- Επώδυνη ούρηση
- Πυρετός

Ο κωλικός του νεφρού είναι μια επείγουσα κατάσταση και πρέπει να επικοινωνήσετε με τον οικογενειακό γιατρό ή το πλησιέστερο νοσοκομείο για την ανακούφιση από τον πόνο. Σε περίπτωση υψηλού πυρετού χρειάζεστε επείγοντως ιατρική βοήθεια.

Αμβλύς πόνος ή κανένα απολύτως σύμπτωμα

Οι λίθοι μπορούν επίσης να προκαλέσουν έναν υποτροπιάζοντα βύθιο πόνο στην οσφυϊκή χώρα. Αυτό το είδος πόνου μπορεί να είναι σύμπτωμα και από άλλες παθήσεις και ίσως χρειαστεί να κάνετε κάποιες εξετάσεις για να βρείτε αν έχετε νεφρικό ή ουρητηρικό λίθο.

Κάποιοι λίθοι δεν προκαλούν καμία ενόχληση. Ονομάζονται ασυμπτωματικοί λίθοι και είναι συνήθως μικροί. Γενικά, οι ασυμπτωματικοί λίθοι διαγιγνώσκονται σε ακτινογραφίες ή παρόμοιες απεικονιστικές διαδικασίες για άλλες καταστάσεις.

Διάγνωση

Ο γιατρός σας θα κάνει μια σειρά από εξετάσεις για να καταλάβει τί προκαλεί τα συμπτώματά σας. Αυτό ονομάζεται διάγνωση. Πρώτα ο γιατρός ή η νοσηλεύτρια θα λάβουν το ιατρικό σας ιστορικό και θα κάνουν μια κλινική εξέταση. Στη συνέχεια θα λάβουν εικόνες του σώματός σας και άλλες εξετάσεις, αν χρειαστεί.

Απεικονιστικές τεχνικές

Προκειμένου να εντοπίσει το λίθο σας, ο γιατρός χρειάζεται εικόνες να λάβει εικόνες των εσωτερικών σας οργάνων. Θα κάνετε ένα υπερηχογράφημα (επίσης γνωστό ως υπέρηχος), το οποίο δημιουργεί εικόνες χρησιμοποιώντας ακουστικά κύματα υψηλής συχνότητας.

Συμπληρωματικά, εκτός από το υπερηχογράφημα, ίσως χρειαστεί να κάνετε ακτινογραφία της ουροφόρου οδού.

Μια άλλη συχνά χρησιμοποιούμενη μέθοδος διάγνωσης, είναι η αξονική τομογραφία (CT). Αυτή η σάρωση μπορεί να δείξει ξεκάθαρα το μέγεθος, το σχήμα και το πάχος του λίθου.

Ανάλυση του λίθου και άλλες εξετάσεις

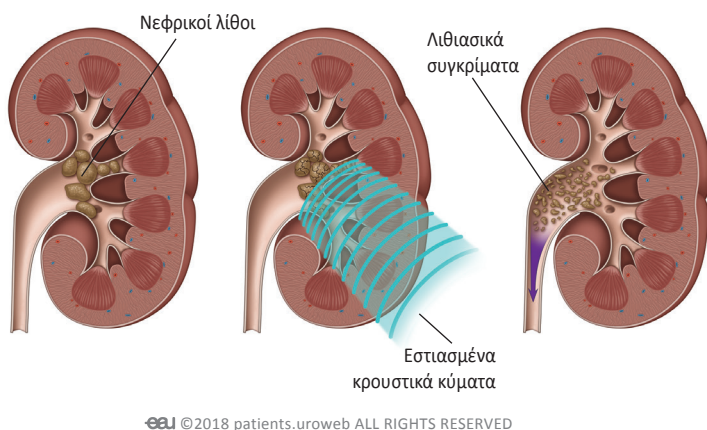
Σε περίπτωση κωλικού του νεφρού, γίνονται εξετάσεις ούρων και αίματος για να διαπιστωθεί αν υπάρχει λοίμωξη ή νεφρική ανεπάρκεια.

Αν ο λίθος σας αναμένεται ότι θα αποβληθεί με τα ούρα, ο γιατρός σας μπορεί να σας συστήσει να διυλίζετε τα ούρα σας, ώστε να τον συλλέξετε. Ο λίθος θα αναλυθεί, ώστε να διαπιστωθεί τί είδους λίθο έχετε. Αυτή είναι μια σημαντική πληροφορία γιατί βοηθά να γίνουν οι καλύτερες επιλογές για τη θεραπεία και την πρόληψη.

Θεραπεία

Δεν χρειάζονται όλοι οι λίθοι θεραπεία. Χρειάζεστε θεραπεία αν ο λίθος προκαλεί δυσφορία και δεν αποβάλλεται με τη φυσιολογική ροή των ούρων. Επίσης, ο γιατρός σας μπορεί να συστήσει θεραπεία εάν έχετε προϋπάρχον ιατρικό πρόβλημα.

Αν έχετε ένα λίθο στο νεφρό ή τον ουρητήρα που δεν προκαλεί δυσφορία, δεν θα λάβετε θεραπεία. Ο γιατρός θα



© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Εικ. 3: Εστιασμένα κρουστικά κύματα σπάζουν τους λίθους σε συγκρίματα.

σας προγραμματίσει τακτικές επισκέψεις ελέγχου, για να σιγουρευτεί ότι η κατάσταση δεν χειροτερεύει.

Εφόσον ο λίθος είναι πιθανό να αποβληθεί με τα ούρα, ο γιατρός σας μπορεί να συνταγογραφήσει φάρμακα για να διευκολύνει αυτή την διαδικασία. Αυτό ονομάζεται συντηρητική θεραπεία.

Συντηρητική θεραπεία του λίθου

Οι περισσότεροι λίθοι του νεφρού ή του ουρητήρα θα αποβληθούν από το σώμα με την ούρηση. Ωστόσο, ανάλογα με το μέγεθος και τη θέση του λίθου θα χρειαστεί κάποιος χρόνος για να τον αποβάλλετε. Κατά τη διάρκεια της μετακίνησης του λίθου μπορεί να παρουσιάσετε κωλικό του νεφρού.

Γενικά, έχετε υπόψη:

- Όσο πιο κοντά στην κύστη βρίσκεται ο λίθος τόσο μεγαλύτερες είναι οι πιθανότητες να τον αποβάλλετε
- Όσο μεγαλύτερος είναι ο λίθος τόσο μικρότερες οι πιθανότητες αποβολής του

Φαρμακευτική θεραπεία αποβολής λίθων (ΦΘΑ)

Ο γιατρός σας, μπορεί να συνταγογραφήσει φάρμακα (ονομαζόμενα άλφα αναστολείς ή νιφεδιπίνη) για να σας βοηθήσει να αποβάλλετε το λίθο γρηγορότερα και με λιγότερο πόνο, ενώ κινείται. Αυτό ονομάζεται Φαρμακευτική Θεραπεία Αποβολής λίθων (ΦΘΑ) και είναι πιο αποτελεσματική για τους λίθους ουρητήρα.

Κατά τη διάρκεια της ΦΘΑ πρέπει να βλέπετε τακτικά το γιατρό σας, σε συχνότητα που θα σας καθορίσει αυτός. Ο γιατρός σας πρέπει να ελέγχει αν ο λίθος συνεχίζει να μετακινείται και αν ο νεφρός σας συνεχίζει να λειτουργεί καλά.

Ενεργός θεραπεία του λίθου

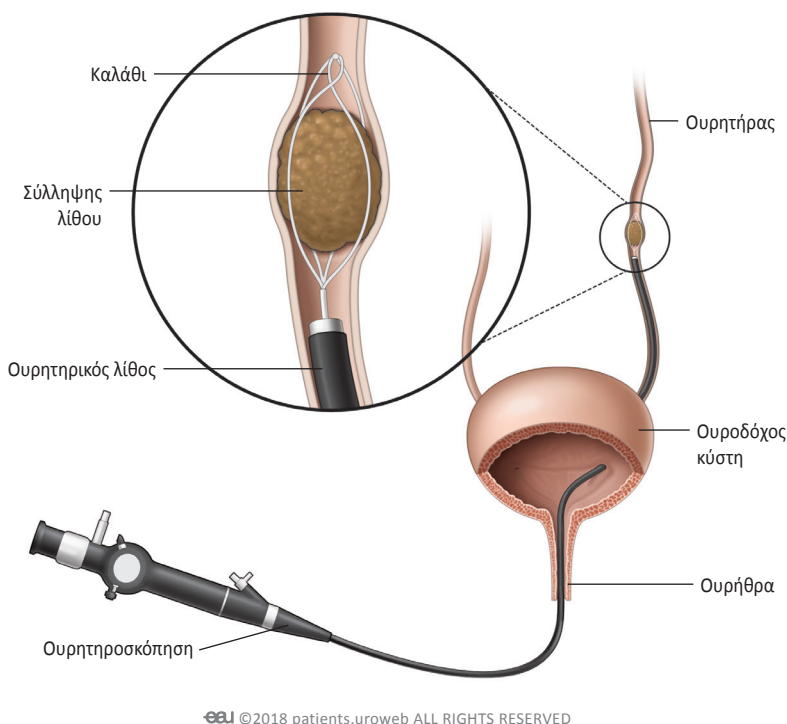
Οι λίθοι νεφρού και ουρητήρα πρέπει να αντιμετωπίζονται εφόσον προκαλούν συμπτώματα. Υπάρχουν 3 συνηθισμένοι τρόποι για να αφαιρεθεί ένας λίθος: Εξωσωματική λιθοθρυψία (SWL), ουρητηροσκόπηση (URS) και διαδερμική νεφρολιθοθρυψία (PNL). Ποιά ενεργή επιλογή θεραπείας είναι η καλύτερη για εσάς, εξαρτάται από πολλούς παράγοντες. Ο πιο σημαντικός παράγοντας είναι τα συμπτώματα που προκαλεί ο λίθος. Ανάλογα με το αν ο λίθος είναι στο νεφρό ή στον ουρητήρα σας, ο γιατρός μπορεί να προτείνει διαφορετικές θεραπευτικές επιλογές.

Εξωσωματική Λιθοθρυψία (SWL)

Η SWL γίνεται με μηχάνημα που μπορεί να σπάσει τους λίθους απ' έξω από το σώμα. Για να σπάσει ο λίθος, εστιασμένα κρουστικά κύματα (ηχητικά κύματα υψηλής ενέργειας και βραχείας διάρκειας) μεταφέρονται στο λίθο διαμέσου του δέρματος. Ο λίθος απορροφά την ενέργεια των κρουστικών κυμάτων και θρυμματίζεται σε μικρότερα κομμάτια. Τα λιθιασικά συγκρίματα στη συνέχεια αποβάλλονται με τα ούρα, μέσα στις επόμενες ημέρες ή εβδομάδες από τη λιθοθρυψία (Εικ. 3).

Ουρητηροσκόπηση (URS)

Η URS είναι μια μέθοδος θεραπείας της λιθίαςης, που γίνεται με τη χρήση ενδοσκοπίων μικρής διαμέτρου. Η URS χρησιμοποιείται συχνά, τα ποσοστά επιτυχίας της είναι πολύ υψηλά και ο κίνδυνος επιπλοκών είναι χαμηλός.



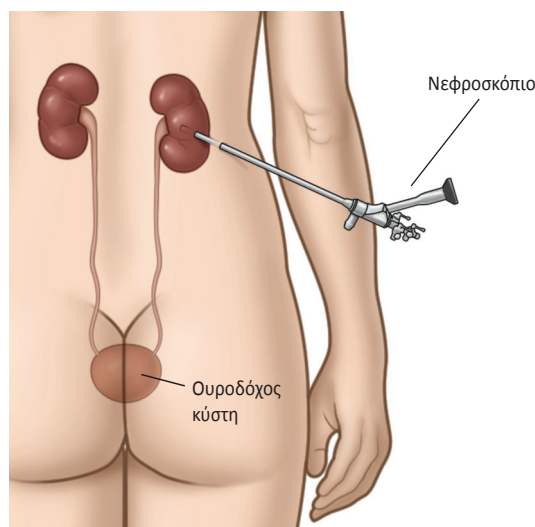
© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Εικ. 4: Ο λίθος αφαιρείται από τον ουρητήρα με την χρήση «καλαθιού».

Για να υποβληθείτε σε URS θα χρειαστεί να λάβετε γενική ή τοπική αναισθησία. Αφότου βρεθείτε υπό αναισθησία, ο γιατρός εισάγει στην ουροδόχο κύστη σας ένα ενδοσκόπιο διαμέσου της ουρήθρας, χωρίς να γίνει τομή στο σώμα σας. Ο λίθος θα αφαιρεθεί με την χρήση ειδικού «καλαθιού» (**Εικ. 4**).

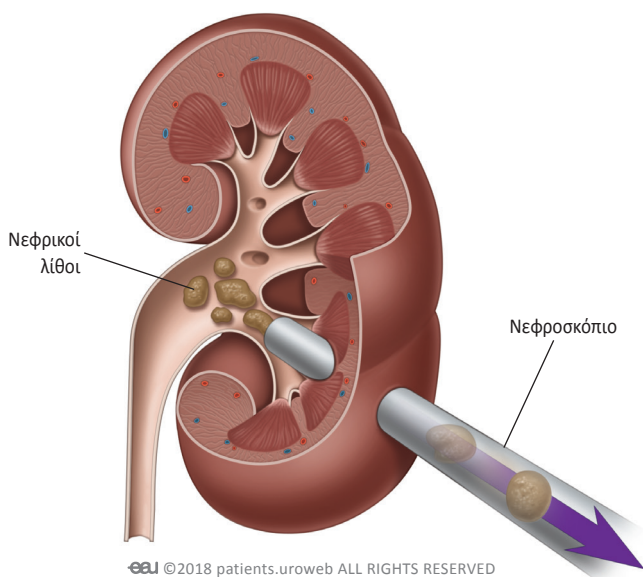
Διαδερμική Νεφρολιθοθρυψία (PNL)

Η PNL είναι μια χειρουργική επέμβαση, που έχει στόχο την αφαίρεση μεγάλων λίθων απευθείας από τους νεφρούς. Το πλεονέκτημα της είναι, ότι ακόμη και πολύ μεγάλοι λίθοι αφαιρούνται με μία μόνο επέμβαση (**Εικ. 5α και β**). Η PNL πραγματοποιείται υπό γενική αναισθησία.



© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Εικ. 5α: Το νεφροσκόπιο χρησιμοποιείται για την αφαίρεση λίθων απευθείας από τους νεφρούς



© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Εικ. 5β: Λιθιασικά συγκρίματα αφαιρούνται σε μια μόνο επέμβαση με τη χρήση νεφροσκοπίου.

Πρόληψη των υποτροπών της λιθίασης

Ορισμένοι ασθενείς που έχουν παρουσιάσει λίθους στο νεφρό ή τον ουρητήρα, μπορεί να παρουσιάσουν λίθους και στο μέλλον. Μετά την αποβολή ή την αφαίρεση του λίθου, ο γιατρός σας θα καθορίσει αν έχετε υψηλό κίνδυνο να υποτροπιάσετε. Για να γίνει αυτό θα πρέπει να πραγματοποιηθεί ανάλυση του λίθου. Επιπλέον, ο γιατρός σας θα συνεκτιμήσει τα αποτελέσματα των εξετάσεων αίματος και ούρων, που είχαν γίνει πριν από την θεραπεία.

Αν ο κίνδυνος υποτροπής σας είναι χαμηλός, γενικές αλλαγές στον τρόπο ζωής είναι αρκετές για να μειωθεί ο κίνδυνος σχηματισμού νέου λίθου. Οι παρακάτω συμβουλές αφορούν ενήλικους.

Λήψη άφθονων υγρών

- Βεβαιωθείτε ότι κάθε μέρα πίνετε 2,5 έως 3 λίτρα
- Πίνετε υγρά καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας
- Επιλέξτε υγρά με ουδέτερο pH, όπως νερό ή γάλα
- Ελέγχετε την ποσότητα των ούρων σας. Θα πρέπει να είναι 2 έως 2.5 λίτρα κάθε μέρα
- Παρατηρείτε το χρώμα των ούρων σας: θα πρέπει να είναι ανοιχτόχρωμα
- Πίνετε ακόμα περισσότερο αν ζείτε σε ζεστό κλίμα ή κάνετε πολλή φυσική άσκηση. Αυτό θα σας βοηθήσει να εξισορροπήσετε την απώλεια υγρών.

Προσαρμόστε την διατροφή σας

Ανάλογα με την περίπτωση σας, ο γιατρός μπορεί να σας συστήσει προσαρμογή της διατροφής σας. Είναι σημαντικό να συζητήσετε το θέμα αυτό με το γιατρό σας πρώτα.

- Έχετε μια ισορροπημένη και ποικίλη διατροφή
- Τρώτε πολλά λαχανικά, φυτικές ίνες και φρούτα (κυρίως εσπεριδοειδή)
- Προσπαθήστε να τρώτε περισσότερες τροφές με χαμηλή περιεκτικότητα σε οξαλικά, όπως αυγά, φακές, άσπρο ρύζι, αποφλοιωμένα μήλα, σταφύλια, κουνουπίδι, κολοκύθι, κ.λπ.
- Βεβαιωθείτε ότι η διατροφή σας περιέχει επαρκή ποσότητα ασβεστίου (περίπου 1.000 χιλιοστόγραμμα ημερησίως). Ωστόσο, να είστε προσεκτικοί με τα συμπληρώματα ασβεστίου και να ζητάτε πάντα συμβουλές από το γιατρό ή τη νοσηλεύτρια
- Μειώστε την ποσότητα του αλατιού στη διατροφή σας (όχι περισσότερο από 3 έως 5 γραμμάρια την ημέρα)
- Μην τρώτε υπερβολικά μεγάλη ποσότητα ζωικών πρωτεϊνών, ιδίως κρέας από νεαρά ζώα. Αντ' αυτού, καταναλώστε περισσότερες φυτικές πρωτεΐνες, όπως για παράδειγμα αβοκάντο, κουνουπίδι ή μπιζέλια

- Διατηρήστε ένα υγιές σωματικό βάρος (ο δείκτης μάζας σώματος πρέπει να είναι μεταξύ 18-25 kg/m²)

Υγιεινές συνήθειες

Η υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής είναι πάντα μια καλή ιδέα.

- Προσπαθήστε να γυμνάζεστε δύο ή τρεις φορές την εβδομάδα
- Αποφύγετε το άγχος

Μεταβολική εκτίμηση

Αν είστε άτομο με υψηλό κίνδυνο σχηματισμού περισσότερων λίθων, ο γιατρός σας θα σας υποβάλλει σε μεταβολική εκτίμηση. Αυτός περιλαμβάνει μια σειρά από εξετάσεις αίματος και ούρων, για να προσδιοριστεί ποια επιπρόσθετη θεραπεία μπορεί να χρειαστείτε.

Ανάλογα με τα αποτελέσματα των εξετάσεων, ενδέχεται να λάβετε κάποιο φάρμακο. Γενικά, τα φάρμακα αυτά έχουν μικρές ή καθόλου παρενέργειες. Επιπλέον, ίσως είναι χρήσιμο να υπάρξουν αλλαγές στον τρόπο ζωής σας. Ο γιατρός θα συζητήσει μαζί σας την ιδιαιτερότητα της κατάστασης σας και τις διαθέσιμες θεραπευτικές επιλογές.

Γλωσσάρι

Αναισθησία (γενική ή τοπική)

Πριν από μια επέμβαση θα λάβετε φαρμακευτική αγωγή, ώστε να μην νιώθετε πόνο. Υπό γενική αναισθησία είστε αναισθητοι και δεν αντιλαμβάνεστε τι σας συμβαίνει. Υπό τοπική αναισθησία δεν θα νιώθετε πόνο στο μέρος του σώματος σας, όπου γίνεται η επέμβαση. Η αναισθησία υποχωρεί σταδιακά μετά την επέμβαση.

Αξονική τομογραφία (CT)

Απεικονιστική τεχνική που καταγράφει μια σειρά από ακτινολογικές εικόνες του σώματος σας.

Ενδοσκόπιο

Ειδικό εργαλείο με μορφή σωλήνα που επιτρέπει την εξέταση στο εσωτερικό του σώματος. Μπορεί να είναι εύκαμπτο ή άκαμπτο.

Κωλικός νεφρού

Ισχυρός πόνος στην οσφυϊκή ή πλάγια κοιλιακή ή βουβωνική χώρα ή στο μηρό, που προκαλείται από λίθο που παρεμποδίζει την κανονική ροή των ούρων.

Νεφροί

Οι δύο νεφροί είναι όργανα σχήματος φασολιού, που βρίσκονται στο πίσω μέρος της κοιλιακής χώρας, φιλτράρουν το αίμα και παράγουν τα ούρα.

Οξαλικό

Συστατικό που βρίσκεται σε πολλά είδη τροφίμων και που μπορεί να σχετίζεται με σχηματισμό νεφρικών και ουρηθικών λίθων.

Ουρήθρα

Ο σωλήνας που μεταφέρει τα ούρα από την ουροδόχο κύστη έξω από το σώμα.

Ουρητήρας

Ενας από τους δυο σωλήνες μέσω του οποίου τα ούρα μεταφέρονται από τους νεφρούς στην ουροδόχο κύστη.

Ουροδόχος Κύστη

Όργανο που συλλέγει τα ούρα από τους νεφρούς (βλ. επίσης Νεφροί).

Ουρολιθίαση

Νόσος κατά την οποία σχηματίζονται πέτρες.

Ουρολόγος

Ο γιατρός που εξειδικεύεται στην υγεία και τις νόσους των ουροφόρων οδών και των γεννητικών οργάνων.

Ουροφόρος οδός

Σύστημα οργάνων που παράγει και μεταφέρει τα ούρα έξω από το σώμα. Περιλαμβάνει δύο νεφρούς, δύο ουρητήρες, την ουροδόχο κύστη και την ουρήθρα. Η ουροφόρος οδός είναι παρόμοια σε άνδρες και γυναίκες, μόνο που οι άνδρες έχουν μεγαλύτερο μήκος ουρήθρας.

Υπερηχογράφημα

Απεικονιστική τεχνική, η οποία χρησιμοποιεί υψηλής συχνότητας ήχους για να καταγράψει μία εικόνα από το εσωτερικό του σώματος.

Υπέρηχος

βλέπε Υπερηχογράφημα.

Φαρμακευτική θεραπεία Αποβολής

Φάρμακα που κάνουν την φυσική αποβολή των λίθων ευκολότερη και λιγότερο επώδυνη.

European Association of Urology

PO Box 30016

NL-6803 AA ARNHEM

The Netherlands

e-Mail: info@uroweb.org

Website: patients.uroweb.org