

# Zbrodnia

Tuż po pogrzebie Zenka Zofię coś zakłuło w lewym boku. Całe życie była zdrowa i nic jej nie dolegało, nigdy nie łapała nawet kataru, a teraz sypało się wszystko. Zenek podobnie – i rach-ciach, umarł dość nagle. Co prawda czuł się kiepsko od tygodnia czy dwóch, ale Zofia była przekonana, że przesadza, bo nie chciało mu się pielnić ogródka. Nigdy nie byli przesadnie w sobie zakochani, to było jedno z tych zaaranżowanych małżeństw z rozsądku, ale jednak przyzwyczajenia i wspólne rytuały robiły swoje i Zofia teraz nie wyobrażała sobie dłuższego pobytu w ich wspólnym domu. Przez to przystała też na propozycję swojego jedyne syna, żeby na jakiś czas zamieszkać u niego. Było to dla niej o tyle nietypowe, że przez całe życie prawie w ogóle nie wyjeżdżała z rodzinnego miasteczka, a jeśli już, to na chwilę i w bardzo ważnym celu, jak lekarz czy poważniejsze zakupy.

Jednak Zofia w mieszkaniu syna czuła się nieswojo. Było dość małe, na dodatek styl życia Marka mocno odbiegał od monotonnego, spokojnego stylu życia jego matki. Problemy ze snem, bóle głowy i nudności Zofia przypisywała permanentnemu niewyspaniu i rozdrażnieniu. Gdy jednak ten stan się nie zmienił przez kolejne dni,

Marek wysłał matkę na dokładne badania. Następnego dnia przyszły wyniki. Lekarz uznał je za niepokojące, ale jednocześnie nie był w stanie wskazać powodów złego samopoczucia Zofii. Z kolejnych wizyt niewiele więcej wynikało, aż finalnie okazało się, że Zofia prawdopodobnie jest od dłuższego czasu regularnie podtruwana.

Kobieta od razu pomyślała o swoim synu – czy naprawdę miał jej już tak dość? Jednak kolejne badania wskazywały, że Zofia była regularnie podtruwana od dłuższego czasu, może nawet od kilku tygodni, a nawet miesięcy. I wtedy uzmysłowiła sobie, że najpewniejszą osobą, która mogła chcieć ją zabić i która jako jedyna miała z nią nieustanny kontakt, był jej mąż nieboszczyk. Czasami się kłócili, ale nie sądziła, że mógł jej mieć aż tak dość. A z drugiej strony – może on sam został otruty? Przecież zawsze był zdrowy jak koń, a umarł tak nagle... Kto mógł najwięcej zyskać na ich śmierci? Zofia znowu poczuła się słabiej. Już sama nie wiedziała, co robić. Kochała swojego jedyne syna, ale też nigdy go w pełni nie rozumiała i nigdy nie byli ze sobą bardzo blisko. Po dłuższym namyśle postanowiła, że musi zgłosić sprawę na policję i z pewnymi oporami postanowiła wrócić do miasteczka.

Prowadzone w tym czasie dochodzenie policji doprowadziło do powtórnego przebadania zwłok Zenka. Wnioski były dość oczywiste – został otruty. Zatem oboje z Marią byli na celowniku. Kobieta nie mogła zrozumieć dlaczego – przecież nie mieli z mężem zbyt wiele, nie za duży dom, niezbyt wartościowy, średniej klasy samochód, no i piekarnię, w której Zenek od kilku lat już nie pracował, tylko doglądał i starał się modernizować, a którą zarządzał jego zaufany pracownik – rzetelny, ale niezbyt rozbudowany Sebek.

Zofia zadumała się dłuższą chwilę. Jaki interes mógłby mieć Sebek z ich śmierci? Przecież zostałby bez pracy, nie mówiąc już o tym, że Zenek traktował go jak swojego syna, bo jego prawdziwy jedynak szerokim łukiem omijał piekarnię. Nie miałby szans na jej przejęcie – musiał zdawać sobie z tego sprawę. Ale jednocześnie codziennie przynosił im świeże wypieki – idealny pomysł na regularne podawanie trucizny.

Śledztwo policji trwało, ale Zofia już dawno zwątpiła, że cokolwiek wyjaśni. Postanowiła sama wszystko doprowadzić do końca. Nie bała się zbyt mocno, uważała, że w sumie niewiele ma już do stracenia. Umówiła się z Sebką na rozmowę w piekarni, ale wcześniej postanowiła go pospieszować na własną rękę.

Zakutana w stary płaszcz Zenka, w ciemnych okularach i z chustką na głowie starała się cokolwiek dojrzeć lub podsłuchać, ale te zabiegi nie okazały się konieczne. Chłopak był tak zajęty rozmową z jakąś dziewczyną, że zupełnie jej nie zauważył. Zofia musiała się dłużej zastanowić, kojarzyła głos dziewczyny, ale nie wiedziała skąd. Cała sprawa stawała się jednak jasna – z rozmowy wynikało, że to dziewczyna wszystko ukartowała i wykorzystała Sebka do pomocy w otruciu Zofii i jej męża. Zofia nerwowo zaczęła szukać swojego telefonu, chciała nagrać choć część rozmowy, ale razem z nim wypadły jej z kieszeni z głośnym hukiem klucze. Sebek i dziewczyna odwrócili się i nerwowo zaczęli się rozglądać. I wtedy Zofia rozpoznała w dziewczynie byłą szkolną sympatię jej syna, Marka, jeszcze z czasów liceum.

Podczas przesłuchań policjanci ustalili, że dziewczyna uwierzyła, że po śmierci rodziców Marek wróci do rodzinnego miasteczka, żeby zamieszkać w ich domu i przejąć piekarnię, a ona wtedy bez większych problemów go odzyska.

Zofia odetchnęła. Nadal jednak nie mogła sobie wyobrazić, żeby zostać w swoim domu i postanowiła na jakiś czas wyjechać nad morze, aby podreperować zdrowie. ❧

## ZDROWIE

# Kamica nerkowa – kamienie z piasku

Nerki filtrują krew, oddzielając z niej substancje szkodliwe, po czym wraz z moczem usuwają je z organizmu. Jednak gdy zwiększa się stężenie substancji lub mocz jest rzadziej oddawany, powstają warunki, w których wytrącają się kryształy – najpierw tworzą piasek, później kamienie. 70 proc. chorych można leczyć farmakologicznie. Operuje się tylko pacjentów z dużymi kamieniami, choć coraz częściej stosowane są techniki nieinwazyjne.

W kamicy nerkowej w układzie moczowym gromadzą się złogi zbudowane z substancji chemicznych, które znajdują się w moczu. Z niektórych nierozpuszczonych substancji powstają kryształy, najpierw drobne („piasek w nerkach”), które z czasem łączą się w coraz większe, co prowadzi do powstania kamieni moczowych. Jeśli płytka osadowa sama się rozkruszy, zostanie naturalnie usunięta przewodami moczowymi do pęcherza, potem cewką moczową na zewnątrz. W przeciwnym razie stanie się jądrem, które zacznie obrastać nowymi warstwami osadu. W 80 proc. przypadków są one zbudowane ze szczawianu lub fosforanu wapnia, rzadziej z kwasu moczowego, fosforanu magnezowo-amonowego, jeszcze rzadziej z cystyny.

Kamica nerkowa (moczowa) dotyka najczęściej osoby między 30. a 50. rokiem życia. Mężczyźni cierpią na nią cztery razy częściej niż kobiety; panie zapadają też na nią później (w wieku 50–70 lat). U części chorych kamica utrzymuje się przez kilkadziesiąt lat i są oni przez ten czas poddawani zabiegom urologicznym. Duże znaczenie w powstawaniu tej choroby mają predyspozycje genetyczne. U osób, których bliscy cierpieli na kamice,

obserwuje się zwiększone ryzyko wystąpienia jej objawów.

Statystycznie kamica nerkowa występuje u 5–7 proc. populacji, częściej w krajach rozwiniętych, co wynika z większego spożycia mięsa i soli kuchennej. W Europie choruje na nią 5–10 proc. populacji. Oprócz czynników dziedzicznych ważną rolę w powstawaniu kamicy nerkowej odgrywają zakażenia układu moczowego, przyjmowanie niektórych leków, nadczynność przytarczyc, nadmierne zagęszczenie moczu (np. przez ograniczanie picia) oraz zła dieta.

### OBJAWY KAMICY

Kamienie znajdujące się w nerkach mogą przez lata nie dawać żadnych objawów. W tym czasie powoli się powiększają i mogą wypełniać całą miedniczkę oraz kielichy nerki. W takich wypadkach może występować tępy ból pleców, błędnie przypisywany chorobie kręgosłupa. We wczesnym etapie kamicy nerkowej chorzy dowiadują się o niej przez ważne podczas wykonywania innych badań, np. prześwietlenia lub USG. W dalszym etapie swoistym objawem tej choroby jest nerwokolka. Gdy kamień zamknie światło przewodu moczowego, mocz nie może przepłynąć do pęcherza i rozwija się wtedy zakażenie. Wywołuje to ostry ból, który pojawia się w okolicy lędźwiowej, promieniuje wzdłuż moczowodu do podbrzusza i narządów płciowych. Bywa tak silny, że chorzy tracą przytomność.

Napad kolki nerkowej występuje przynajmniej raz w życiu u około 10 proc. mężczyzn i 5 proc. kobiet. Wymaga natychmiastowej interwencji lekarza – po pierwsze, w celu usmierzania bólu, a po drugie dlatego, że przedłużający się bezmocz prowadzi

do zniszczenia nerek. Inne objawy kamienia moczowego przemieszczającego się przez moczowód do pęcherza to: częste parcie na mocz, pieczenie podczas oddawania moczu i uczucie niecałkowitego opróżnienia pęcherza.

### ROZBIJANIE KAMIENI

Po przebyciu ataku nerwokolki należy poddać się dalszym badaniom – konieczne jest nie tylko badanie moczu, lecz także badanie USG i radiologiczne układu moczowego. Do czasu przybycia lekarza choremu na kamicę nerkową można podać środek rozkurczowy i przeciwbólowy oraz przyłożyć na okolicę lędźwi poduszkę elektryczną. Dalsze systematyczne leczenie ma na celu zapobieganie powstawania nowych kamieni, powiększanie się istniejących i występowanie napadów bólowych. Operacyjnie usuwa się tylko duże kamienie moczowe, które nie mogą być samodzielnie wydalone przez chorego po rozpuszczeniu, inne są rozbijane za pomocą nowoczesnych, mniej inwazyjnych metod. 25 proc. chorych wymaga tego rodzaju zabiegów.

Trzy najpopularniejsze mało inwazyjne metody usuwania kamieni to litotrypsja, nefrolitotrypsja i ureterorenoskopia. Pierwsza polega na rozbijaniu kamienia moczowego wewnątrz organizmu przy użyciu fali wstrząsowej. Rozdrobniony kamień jest potem wydalany w naturalny sposób. Zabieg zwykle przeprowadza się ambulatoryjnie i bez znieczulenia. Nefrolitotrypsję wykonuje się w znieczuleniu. Podczas tego zabiegu przez nieduże nacięcie wprowadza się do miedniczki nerkowej skóry nefroskop, przez który lekarz może obejrzeć kamień oraz rozdrobnić go, a następnie usunąć. Również w znieczuleniu wykonywana jest ureterorenoskopia – lekarz



wprowadza wziernik przez cewkę moczową do pęcherza, a następnie do moczowodu i może usunąć kamień w całości lub wcześniej rozdrobnić go na mniejsze fragmenty.

### SKUTECZNOŚĆ LECZENIA I DIETA

Praktycznie we wszystkich przypadkach zabiegi urologiczne usuwają kamienie moczowe, a przestrzeganie właściwej diety oraz stosowanie leków często zapobiega tworzeniu się nowych złogów. U połowy pacjentów kamica nerkowa występuje tylko raz w życiu i nie trzeba stosować dalszego leczenia. Pozostali, u których w ciągu 5–10 lat dochodzi do nawrotu kamicy, muszą wykonać badania i poddawać się kolejnym zabiegom oraz stosować leki.

Chorzy na kamicę nerkową powinni unikać mięsa wieprzowego, wołowego i baraniny. Z mięs polecane są chudy drób i cielęcina, które najlepiej gotować. Zalecane są warzywa, owoce, cukier, masło w małych ilościach, mleko, chudy ser i ziemniaki. Jednak przede wszystkim trzeba pamiętać o piciu dużej ilości płynów, zwłaszcza moczopędnych wód mineralnych, oraz środki rozszerzające drogi moczowe, które ułatwiają wypłukiwanie kamieni. ❧