

I calcoli? Guariti dal limone

di SILVIA SEMINATI

Il succo di limone combatte i calcoli. Per indagare le virtù di questo rimedio «miracoloso» e naturale è in corso uno studio all'unità di Nefrologia dei Riuniti, dove si sta lavorando in collaborazione con i ricercatori dell'Istituto Mario Negri e il Consorzio del limone di Siracusa (nella foto, gli operatori siciliani durante la raccolta).

A PAGINA 7

Salute Studio clinico condotto dall'Istituto Mario Negri di Bergamo

Il limone «miracoloso» contro i calcoli renali

Prevenzione con mezzo bicchiere di succo al giorno

Un limone al giorno toglie il medico di turno. Il succo dell'agrume può ridurre la continua formazione di calcoli nelle persone con calcolosi renale. Al momento non è ancora stato dimostrato, ma c'è uno studio in corso all'unità di Nefrologia dei Riuniti, dove si sta lavorando in collaborazione con i ricercatori dell'Istituto Mario Negri e il Consorzio del Limone di Siracusa. «Se lo studio dimostrerà che i pazienti che bevono il succo di limone formano calcoli meno frequentemente di quelli trattati solo con la dieta — spiega Giuseppe Remuzzi, coordinatore delle ricerche del Mario Negri — vorrà dire che questa cura è davvero efficace e potrà poi essere raccomandata per la stragrande maggioranza dei pazienti affetti da calcolosi rena-

le». La ricerca, iniziata più di due anni fa, è stata presentata ieri a Villa Camozzi, a Ranica.

Per l'indagine servono 202 pazienti maggiorenni, da seguire per due anni: finora ne sono stati arruolati 159, tutti bergamaschi. Sei su dieci sono uomini e 137 hanno già fatto le prime analisi. «In totale — dice Remuzzi — lo studio durerà almeno sei anni, che non sono pochi: è però giusto aspettare così tanto tempo per essere poi certi di dare una risposta corretta. È difficile curare bene, se non si fa ricerca. Quando gli ammalati partecipano a uno studio, cominciano già a essere curati bene». A guidare lo studio, c'è Maria Rosa Caruso, medico dei Riuniti, che spiega: «I pazienti coinvolti nell'analisi hanno una storia di calcolosi renale calcica re-

cidivante. E almeno un calcolo documentato con un'ecografia. Andremo a vedere se il succo di limone, aggiunto a una dieta, può ridurre la formazione di nuovi calcoli. In genere il limone è ben tollerato e ha di sicuro meno effetti collaterali di un farmaco». Tra gli agrumi, i limoni sono quelli più ricchi di citrato: ne contengono 49,2 grammi per chilo. E il succo di quattro o cinque frutti contiene la stessa quantità di citrato di una dose giornaliera di citrato di potassio. «Quest'ultimo — spiega Piero Ruggenenti, nefrologo dei Riuniti — è l'unico farmaco che può aiutare chi è afflitto da calcolosi a ridurre in modo considerevole il rischio di formare nuovi calcoli».

Silvia Seminati

202

I pazienti maggiorenni
 che si sottoporranno alla ricerca sugli effetti del succo di limone condotta dall'Istituto Negri nell'arco di sei anni

49,2

Grammi per chilo
 il citrato contenuto nei limoni. In 4 frutti c'è la quantità di una dose giornaliera di citrato di potassio, il farmaco che riduce la calcolosi