

## Телемедицинская консультация врача-уролога

### Пациент:

**Имя:** ОЛЯ

**Возраст:** 18

**Пол:** Женский

### Врач:

**ФИО:** Шадеркина Виктория Анатольевна

**Специализация:** Уролог

**Учёная степень:** кандидат медицинских наук

### Дата и время:

**обращения пациента за консультацией:** 20.12.2005 14:33:12

**формирования заключения врача:** 21.12.2005 22:57:47

### Ссылка на электронную версию:

**Адрес в сети Интернет:** <https://03uro.ru/consultations/question/13542/answer/13543>



## Заключение врача

Уважаемая Оля! Вероятно, у Вас фигура фотомодели? Нефроптоз (опущение почек) консервативно не лечится – из неоперативных методов иногда рекомендуют ограничение физических нагрузок, переохлаждения, и лечебная физкультура (специальный комплекс упражнений), ношение бандажа. Специальной диеты при нефроптозе нет, однако обычно рекомендуют диету с ограничением острых, соленых, пряных блюд и алкоголя. Физические нагрузки необходимо ограничить, равно как ношение тяжестей (не больше 3 кг). Лечебная физкультура направлена на укрепление прямых и косых мышц живота (брюшной пресс), укрепление мышц спины. Бандаж рекомендуется носить в дневное время суток (его надо одевать утром, не вставая с постели). Из мочегонных трав можно принимать кукурузные рыльца, толокнянку, лист брусники, хвощ полевой. Подтвердить диагноз нефроптоза можно только с помощью экскреторной урографии (внутривенно вводится контрастный препарат, потом делается серия рентгеновских снимков). Пока Вы можете регулярно наблюдаться у своего врача. Удачи!