

Nồng độ axit uric tăng cao và những dấu hiệu cảnh báo nguy cơ hình thành sỏi thận

08:03 13/07/2026

Trong bối cảnh lối sống bận rộn cùng nhiều áp lực hiện nay, tình trạng tăng axit uric máu đang trở thành một vấn đề sức khỏe phổ biến do nhiều người chưa thể đảm bảo chế độ ăn uống và tập luyện hợp lý. Theo dữ liệu từ Times of India, axit uric là một hợp chất chất thải tự nhiên được sản sinh trong quá trình cơ thể phân hủy purin.



Axit uric tăng cao không chỉ làm tăng nguy cơ mắc bệnh gút mà còn có thể dẫn đến sỏi thận

Khi hệ thống bài tiết không đào thải hiệu quả, nồng độ chất này sẽ tích tụ và tăng cao trong máu cũng như nước tiểu. Việc duy trì nồng độ axit uric cao trong thời gian dài là nguyên nhân trực tiếp dẫn đến sự kết tinh và hình thành nên sỏi axit uric trong thận, gây ra các cơn đau dữ dội, làm tắc nghẽn đường tiết niệu

và cảnh báo những bất ổn sâu xa về chuyển hóa hoặc chức năng thận. Dữ liệu nghiên cứu đăng trên hệ thống BioMed Central cũng chứng minh rằng nồng độ axit uric trong máu càng cao thì nguy cơ hình thành sỏi thận càng lớn, ngay cả đối với những trường hợp chưa có chẩn đoán tăng axit uric máu trước đó.

Bên cạnh đó, số liệu từ Thư viện Y khoa Quốc gia khẳng định người có tiền sử bệnh gút hoặc được chẩn đoán tăng axit uric máu sẽ đối mặt với nguy cơ bị sỏi thận loại axit uric cao hơn hẳn người bình thường. Do đó, việc chủ động nhận biết sớm các dấu hiệu cảnh báo lâm sàng đóng vai trò then chốt giúp người bệnh kịp thời thăm khám và hạn chế tối đa các biến chứng nguy hiểm.

Dấu hiệu điển hình và phổ biến nhất của tình trạng này là những cơn đau kéo dài ở vùng hông lưng, ngay dưới khu vực xương sườn. Theo các tài liệu y khoa từ Mayo Clinic, khi các viên sỏi hình thành do nồng độ axit uric tăng cao, chúng sẽ cọ xát gây kích ứng hoặc làm tắc nghẽn đường tiết niệu, tạo ra các cơn đau dữ dội xuất hiện theo từng cơn vị trí hông lưng, sau đó có xu hướng lan dần xuống vùng bụng dưới và bẹn.

Một biểu hiện nghiêm trọng khác được Cleveland Clinic cảnh báo là sự xuất hiện của máu trong nước tiểu, khiến nước tiểu chuyển sang màu hồng, đỏ hoặc nâu, hoặc chỉ được phát hiện thông qua các xét nghiệm chuyên khoa. Hiện tượng tiểu ra máu này xuất phát từ việc các tinh thể hoặc sỏi axit uric làm tổn thương lớp niêm mạc nhạy cảm của hệ tiết niệu, và dấu hiệu này thường lộ diện từ rất sớm, ngay cả trước khi các cơn đau chuyển nặng.

Người bệnh cũng không nên chủ quan trước tình trạng liên tục buồn tiểu, lượng nước tiểu mỗi lần bài tiết ít hoặc có cảm giác nóng rát khi đi tiểu, bởi đây là những phản ứng kích ứng tự nhiên của đường tiết niệu trước sự hiện diện của sỏi. Ngoài ra, sự ứ đọng nước tiểu cùng sự tích tụ của các tinh thể axit uric không được thanh lọc hiệu quả sẽ làm thay đổi độ trong và mùi của nước tiểu, khiến nước tiểu trở nên đục và có mùi hôi khó chịu. Việc theo dõi chặt chẽ và không bỏ qua những thay đổi kéo dài về màu sắc, mùi vị của nước tiểu hay các cơn đau hông bẹn chính là chìa khóa để người bệnh kịp thời phát hiện các rối loạn chuyển hóa và bảo vệ toàn diện chức năng thận.

Tâm An (t/h)