

سنگ کلیه:

سنگ های ادراری در داخل کلیه ، حالب (لوله هایی که ادرار را از کلیه به مثانه منتقل می کند) یا در مثانه تشکیل می شوند. از نظر شکل و اندازه بسیار متفاوت هستند. اندازه سنگ های ادراری از بلورهای میکروسکوپی تا سنگ هایی به بزرگی یک سیب زمینی متغیر است.

علائم سنگ های ادراری چیست ؟

درد کلیه : سنگی که در کلیه گیر افتاده موجب بروز درد در پهلو می شود.

درد کولیکی:

درد شدیدی است که در اثر عبور سنگ از حالب ایجاد میشود

دردی که به سمت پایین شکم و کشاله ی ران منتشر می شود. بیمار عرق می کند و احساس ناخوشی می کند.

ادرار خونی: در اثر خراشیدگی جدار داخلی حالب توسط سنگ شکن است خون در ادرار مشاهده شود.
عفونت : عفونت های ادراری در مبتلایان به سنگ های ادراری شایع است. عفونت می تواند موجب بروز تب- درد و تکرر ادراری شود.

تهوع و استفراغ:

تمایل به دفع ادرار : بیمار احساس دفع ادرار دارد ولی ادرار ناچیز است.

آزمایشات و روش تشخیص:

آزمایش خون و نمونه ادرار
سونوگرافی و سی تی اسکن
عسکبرداری ساده کلیه



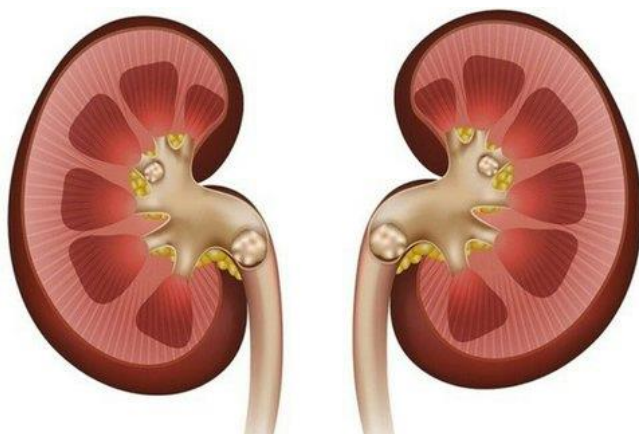
عوارض احتمالی سنگ های ادراری چیست ؟

عوارض سنگ های ادراری شایع نیست . گاهی یک سنگ بزرگ مسیر ادرار را به طور کامل مسدود می کند . این افراد ممکن است . موجب عفونت یا آسیب به کلیه شود.

آموزش پیشگیری از تشکیل مجدد سنگ

ادراری چه کارهایی می توان انجام داد:

از قرار گرفتن در گرمای شدید که باعث عرق کردن می شود خودداری کنید.
برای رقیق نگه داشتن ادرار بایستی دو تا سه لیتر مایعات در طول روز مصرف کنید مگر بعلت داشتن مشکلات دیگر پزشک مصرف مایعات را محدود کرده باشد



سنگ های ادراری به چه صورت

تشکیل می شود:

کلیه ها خون را تصفیه می کنند و با جدا کردن آب اضافی و مواد شیمیایی زائد از خون ، ادرار تولید می کند. سپس هنگامیکه مثانه پر شد از طریق مجرای پیشابراه به خارج دفع می شود. بیشتر مواد شیمیایی زائد در ادرار حل نمی شود . گاهی این مواد شیمیایی موجود در ادرار به شکل بلورهای کوچکی در می آیند که از تجمع آنها سنگ تشکیل می شود. بیشتر سنگ ها از جنس کلسیم می باشند . مواد شیمیایی دیگری مثل اگزالات و اسیداوریک نیز می توانند باعث ایجاد سنگ شوند عفونت های کلیه و مجاری ادراری نیز باعث سنگ میشود



راهنمای خود مراقبتی

سنگ های ادراری

زیر نظر:

کمیته آموزشی بیمارستان فوق تخصصی قائم (عج)

تهیه شده از بخش اورژانس



بیمارستان فوق تخصصی قائم (عج) رشت، ارائه خدمات ایمن، اثربخش و بیمار محور

با رعایت استانداردهای متعالی در محیطی زیبا، آرام و دلپذیر را رسالت خود می داند.



در صورت زندگی یا اشتغال در محیط های گرم مصرف مایعات بایستی بیشتر باشد.
افرادی که سنگ های اگزالات کلسیم دفع می کنند باید اگزالات موجود در رژیم غذایی خود را کاهش دهند.
بعنوان مثال از مصرف اسفناج ریواس و قهوه بادام زمینی، شکلات خودداری کنند.

اگر سنگ کلیه ناشی از اسیداوریک بالا باشد گوشت قرمز، حبوبات و نمک کمتر استفاده نکنند.
اگر سنگ های کلیه از جنس کلسیم باشند خوردن گوشت و نمک را محدود کنید.
بعد از صرف غذا یک لیوان آب نوشیده شود.
ماءالشعیر در کاهش سنگ های ادراری تأخیر خوبی دارد
لذا مصرف حداقل ۲۵۰ CC در هفته توصیه می شود.

چای و قهوه از یک طرف دارای اگزالات بالا هستند و از طرف دیگر ادرار آور هستند لذا توصیه می شود.

در حد معمول به صورت کم رنگ و رقیق شده و تازه دم استفاده شود

از نوشیدن نوشابه های گازدار خودداری شود.

چون سرشار از اگزالات هستند.

رژیم های پر چربی و پر کلسترول می توانند باعث افزایش بروز سنگ های کلیه شون



ghaeminhospital



رشت، بلوار شهید افتخاری



<https://www.ghaem-hospital.ir>



۰۱۳-۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹



ghaeminhospital@gmail.com



۰۱۳-۳۳۵۶۵۰۱۰

