



## سنگ کلیه و علل و روش های درمان



تهیه کننده: الهام انصاری (کارشناس پرستاری)

### نایب‌کنندگان:

فاضل اسکندری (مدیر پرستاری)

خدیجه عباسی (سوپروایزر آموزشی)

نرگس همتی (سوپروایزر آموزش سلامت)

نایب‌کننده نهایی: دکتر هادی کمشی (متخصص داخلی)

منبع: بروزر سودارت کلیه و مجاری ادراری ۲۰۱۸



بازنگری: دی ماه ۱۴۰۰

شکن استفاده می شود. . سنگهای ۲۰-۱۰ میلی متر نیاز به جراحی دارند.

### در این شرایط به پزشک خود مراجعه کنید:

- ۱) سابقه خانوادگی علائم سنگ کلیه
- ۲) افزایش درجه حرارت تا ۳۸/۳ درجه سانتی گراد
- ۳) بروز علائم عفونت کلیه (سوزش و ناراحتی هنگام ادرار کردن یا احساس مکررنیاز فوری به ادرار کردن
- ۴) بروز علائم جدید و غیر قابل توجیه (داروهای تجویزی ممکن است با عوارض جانبی همراه باشند).



می شود. نوشیدن ۲ لیوان آب پرتقال ترکیب شده با آب لیموی ترش تازه افراد مستعد سنگ کلیه مصرف کنند.

۴) رژیم غذایی کم چرب و پر فیبر توصیه می شود.

### عواقب مورد انتظار در مورد سنگ کلیه:

سنگ های بزرگ معمولاً در کلیه مانده و بدون علامتند، هرچند که می توانند به کلیه آسیب بزنند سنگ های کوچک به آسانی همراه ادرار دفع می شوند. و سنگ های بین این دو اندازه هستند که دفع آنها به سختی است و باعث درد شدیدی می گردند.

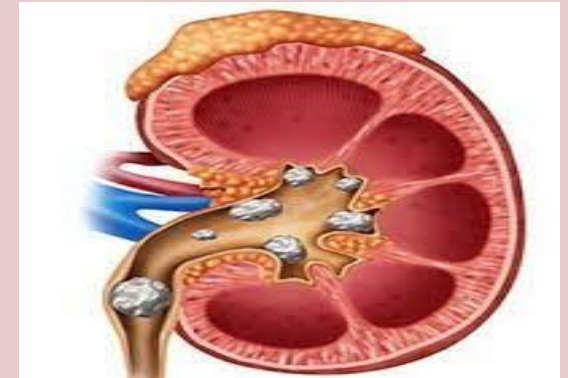
این سنگ ها معمولاً در طی چند روز دفع می گردند. چنانچه حرکت سنگ متوقف شده و باعث انسداد ادراری گردد، برای پیشگیری از آسیب بیشتر کلیه سنگ باید خارج گردد.

در مورد سنگ های بزرگتر که به خودی خود دفع نشده و باعث ایجاد عوارض، عفونت یا درد شدید شده اند اقداماتی از جمله سنگ شکن، و روش های جراحی جهت خروج سنگ و حل کردن سنگ به طریق شیمیایی انجام می گیرد.

روش درمانی در سنگهای کلیه بسته به اندازه سنگ، محل قرار گیری آن، وضعیت سلامت کلیه و وضعیت سلامتی خود فرد از استفاده از سنگ شکن، روش جراحی بسته و جراحی باز متفاوت است. به طور مثال جهت دفع سنگهای ۱۰-۵ میلی متر از سنگ

## سنگ کلیه :

سنگ کلیه یکی از شایع ترین بیماریها در زنان و مردان است که به علت غلیظ شدن رسوبات کلسیمی در کلیه هایشان ,شاهد بروز سنگ ها و کریستال های کوچکی در کلیه خود هستند .سنگ های کوچکی که با کوچکترین جابجایی و حرکت آنها در مجاری ادرار درد شدیدی ایجاد می کند. که کنترل و تسکین آن بسیار دشوار است. این درد معمولا شب ها شروع می شود و فرد را از خواب بیدار می کند.



## علت ایجاد سنگ:

- ۱) سابقه خانوادگی سنگ کلیه
- ۲) سوء مصرف الکل
- ۳) کاهش حجم ادرار ناشی از کم آبی و یا آب و هوای گرم و خشک
- ۴) دفع مقادیر بیش از حد کلسیم از ادرار در اثر اختلال غده پاراتیروئید

۵) در بستر افتادن طولانی مدت

۶) انسداد مجاری ادراری به هر دلیل

۷) ابتلا به عفونت های مکرر کلیوی

۸) مصرف خودسرانه و بیش از حد مولتی ویتامین ها و مکمل ها

## علائم شایع سنگ کلیه:

۱) دوره هایی از درد شدید و پیچشی (متناوب ) به فاصله هر چند دقیقه . درد معمولا ابتدا در ناحیه پشت ,درست پایین دنده ها ظاهر می گردد. و در طی چند ساعت یا چند روز ,ناحیه دردناز مسیر حرکتی سنگ به طرف کشاله ران کشیده می شود . با دفع سنگ درد بیمار متوقف می شود .

۲) دیگر از علائم سنگ کلیه تهوع مکرر است .

۳) دفع مقادیر اندک خون در ادران نیز از دیگر علائم سنگ کلیه است . ادرار ممکن است کدر یا تیره به نظر برسد.



## پیشگیری از ابتلا به سنگ کلیه:

۱) مصرف روزانه حدود ۳ لیتر مایعات و عمدتاً آب خالص

۲) اجتناب از مصرف شیر و فراورده های لبنی در صورتی که سنگ

کلیه از نوع کلسیمی -فسفوری باشد.

۳) خودداری از شرایطی که با تعریق بیش از حد همراه است .

## درمان سنگ کلیه:

۱) نوشیدن مایعات زیاد مانند آب و چای های ادرار آور که منجر به رقیق شدن ادرار و دفع سریع تر و آسان تر سنگ کلیه می شود.

۲) ورزش و به کارگیری تمرینات ورزشی در دوران بروز سنگ کلیه و دردهای شایع آن تاثیر زیادی در دفع بهتر سنگ از بدن دارد و به اعتقاد متخصصین دویدن و طناب زدن در کنار نوشیدن مایعات مناسب و زیاد تاثیر زیادی در دفع سنگ کلیه دارد.



۳) نوشیدن روزانه ۲ لیوان آب پرتقال تازه تاثیر زیادی در پیشگیری از ابتلا به این بیماری دارد. مصرف آب لیموی تازه نیز از تشکیل سنگ در کلیه ها جلوگیری می کند می شود توصیه