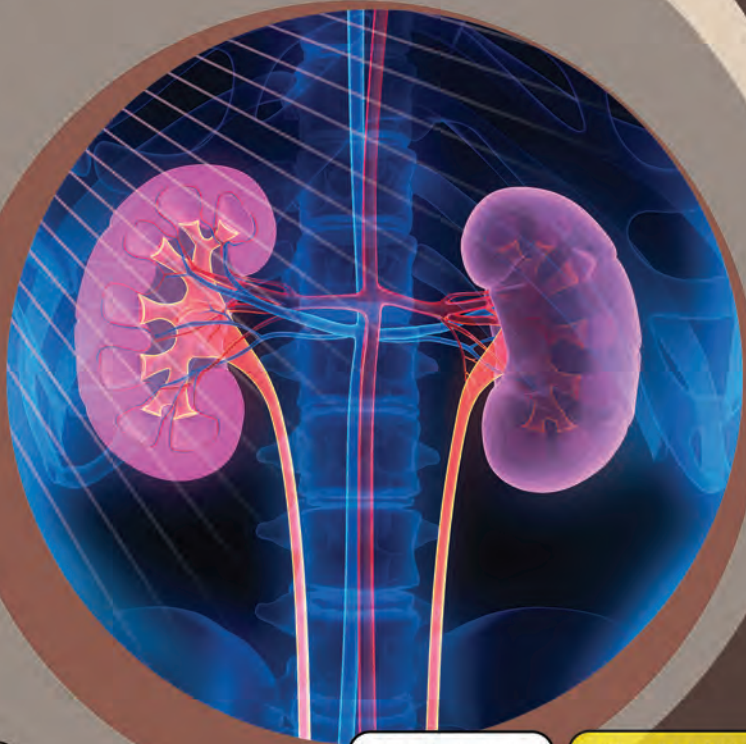


سنگ کلیه



مراقبت از خود پس از عمل:

• در صورت صلاحدید پزشک جهت خروج سنگ‌های ادراری به روش شکستن سنگ از طریق مجرای ادراری اقدام می‌شود. در مواردی که سنگ حالب با دارو درمانی دفع نشد می‌توان با استفاده از روش سنگ شکن از طریق مجرا بدون هیچ گونه برش بر روی شکم و بی هیچ دردی سنگ را خارج نمود.
در صورت عدم تخلیه، سنگ حالب باعث انسداد کلیه و تورم کلیه و در نهایت نارسایی کلیه می‌شود.

دستورات و توصیه‌ها بعد از عمل سنگ کلیه در منزل:

- ۱- رژیم غذایی معمولی و پر فیبر (سبزیجات تازه) و مایعات فراوان.
- ۲- مصرف داروهای تجویز شده طبق دستور پزشک
- ۳- مراجعه بعدی یک هفته پس از ترخیص به مطب یا کلینیک
- ۴- ادرار خونی خفیف، سوزش و درد مختصر در مجرای ادرار طبیعی است.
- ۵- در صورت بروز تب و خونریزی شدید از مجرای ادراری به پزشک اورژانس مراجعه شود.
- ۶- ۴۸ ساعت پس از ترخیص می‌توانید حمام نمایید.
- ۷- نمونه سنگ جهت آنالیز (تجزیه و تحلیل) به پاتولوژی فرستاده می‌شود، در اولین فرصت جواب پیگیری و پس از دریافت آن به پزشک معالج مراجعه شود.
- ۸- توصیه می‌شود از روز بعد از عمل فعالیت‌های روزمره شروع شود. پیاده روی جهت جا به جا شدن سنگ در مجرای ادراری کمک می‌کند.



تلفن: ۰۲۱ - ۸۸۸۹۲۱۵۶
تلفن: ۰۲۱ - ۸۸۸۹۳۵۷۱۱
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۳۹۹۲
ایمیل: info@piho.ir

WWW.PIHO.IR

سنگ کلیه

سنگهای ادراری ذرات کوچک یا سفتی هستند که در یک یا دو کلیه ایجاد می‌شوند و گاهی بداخل حالب‌ها (لوله‌های باریکی که ادرار را از کلیه به مثانه منتقل می‌کنند) انتقال می‌یابد. گاهی این سنگها با جریان ادرار به مثانه منتقل می‌شوند. ممکن است بصورت خود بخودی دفع و گاهی نیاز به درمان طبی دارند.

علل

- کاهش مصرف مایعات
- ایستایی (رکود) ادرار
- عفونت دستگاه ادراری
- مصرف برخی داروها (برخی داروهای شیمی درمانی، هورمونهای تیروئید، ادرار آور)
- چاقی و افزایش وزن
- شیوه نادرست زندگی
- عادات غذایی مثل افزایش مصرف پروتئین‌های حیوانی، کاهش مصرف شیر و مایعات
- بی‌حرکی
- افزایش غلظت کلسیم در خون
- بیماری‌هایی مانند نقرس، فشار خون، بیماری‌های التهاب روده (کرون و کولیت اولسروز)

علائم:

در بسیاری موارد سنگهای ادراری علائمی ندارند. علائم بستگی به محل و اندازه سنگ دارد. اغلب علائم به صورت درد، تهوع، استفراغ، وجود خون در ادرار و احتباس ادرار می‌باشد.

تشخیص:

با گرفتن تاریخچه پزشکی در مورد سابقه قبلی سنگ، داروهای مصرفی و بیماریها انجام می‌شود. عکس برداری از کلیه، حالب و مثانه، سونوگرافی و آزمایش ادرار.

درمان:

هدف اصلی از درمان خارج کردن سنگ و آنالیز سنگ و کنترل عفونت و برطرف کردن انسدادهای حاصل از سنگ می‌باشد. در بیشتر مواقع سنگ‌ها آنقدر کوچک هستند که بدنبال ادرار کرن در عرض ۲ الی ۳ روز دفع می‌شوند بنابراین دریافت مایعات فراوان درمان اصلی سنگ‌های ادراری است مگر اینکه منع مصرف خاصی داشته باشد. طبق نظر پزشک ممکن است درمان دارویی برای از بین بردن سنگ‌های کلیوی شروع شود. در صورتی که سنگ با تدابیر فوق دفع نشود مداخلات جراحی صورت می‌گیرد.

توصیه‌ها:

- مصرف مایعات فراوان ترجیحاً آب توصیه می‌شود در صورت نداشتن منع روزانه مایعات به مقدار زیاد بنوشد. بر حسب آب و هوا و میزان فعالیت میزان آب مورد نیاز متفاوت است.
- بعد از مصرف غذا یک لیوان آب نوشیده شود.
- پس از آنالیز سنگ ادراری و مشخص شدن نوع سنگ بنا به توصیه پزشک معالج در مورد رعایت رژیم غذایی از دستورات پزشک پیروی شود.
- فعالیت: اجتناب از فعالیت‌هایی که منجر به افزایش ناگهانی درجه حرارت بدن شده و باعث تعریق و کم آبی بدن می‌شود توصیه می‌شود و فعالیت‌هایی مانند پیاده روی، طناب زدن و دوچرخه سواری انجام شود.
- توصیه می‌شود افرادی حرکت بطور مداوم حرکت و فعالیت داشته باشند (بازوها و ساق پاها تا حد امکان حرکت کنند) و از راست نشستن بر روی یک صندلی که موجب رکود ادرار می‌شود خودداری کنند.

