

بیمار محترم بخش اورژانس

سنگ کلیه ذرات کوچک و سخت که در یک یا هر دو کلیه تشکیل شده و گاهی به داخل حالب ها انتقال یابند. سنگ کلیه از نظر اندازه از یک دانه شن تا حدود یک توپ گلف متغیر بوده و ممکن است منفرد یا متعدد باشد. سنگ کلیه معمولاً بزرگسالان بالای ۳۰ سال از هر دو جنس را مبتلا می سازد ولی در مردان شایع تر است.



علائم شایع سنگ کلیه:

- ۱- درد شدید و متناوب در پهلو و پشت، پایین تر از سطح دنده ها که ممکن است به پایین شکم تیر بکشد.
- ۲- یکی دیگر از علائم سنگ کلیه تهوع مکرر است.
- ۳- سوزش ادرار و تکرر ادرار

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

۵- تب و لرز در صورت وجود عفونت



علل ایجاد سنگ کلیه:

۱- انسداد ادراری به هر دلیل

۲- کاهش حجم ادرار ناشی از بی آبی یا آب و هوای گرم و خشک نیز از علل ایجاد سنگ کلیه است.

۳- رژیم غذایی نامتناسب شامل مصرف کم آب، رژیم غذایی پرنمک و پر پروتئین همراه با افزایش دفع کلسیم، اگرالات و اورات است

۴- سابقه خانوادگی سنگ کلیه

۶- در بستر افتادن طولانی مدت به هر دلیل

۷- سوء مصرف الکل

درمان سنگ کلیه:

۱- هنگام ادرار کردن از کاغذ صافی یا گاز استفاده کنید تا دفع سنگ مشخص شود برای مشخص شدن ترکیب سنگ، آن را نزد پزشک ببرید.

۲- بررسی های تشخیصی سنگ کلیه ممکن است شامل آزمایش کامل ادرار و کشت ادرار، عکس شکم، سونوگرافی کلیه، سی تی اسکن می باشد.



آموزش مراقبت سنگ کلیه

واحد آموزش سلامت بیمارستان میمه

بخش اورژانس

کدآموزش: PM/EC-0/00-13

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۱/۱

۲- اگر نوع سنگ کلیه فسفاتنه باشد، رژیم غذایی حاوی اسیدها شامل مرکبات، نعنا، پیاز و سیرو... به اسیدی نگه داشتن مختصر ادرار کمک می کند.

۳- اگر نوع سنگ کلیه، اسیداوریکی یا سیستینی باشد، رژیم غذایی حاوی مواد قلیایی شامل میوه ها، آجیل ها، حبوبات و سبزیجات و... به قلیایی نگه داشتن مختصر ادرار کمک می کند.

۴- در مورد همه انواع سنگهای کلیه، نوشیدن روزانه حداقل ۱۳ لیوان مایعات (و بیشتر از همه آب لازم) است.

۵- رژیم غذایی کم چربی و پرفیر نیز توصیه می گردد.

۶- انجام انواع ورزش هایی شامل: دوچرخه سواری، رقص، دویدن، شنا، پیاده روی، ایروبیک باعث بهبود شرایط بیماری می شود.

۳- در صورت وجود سنگ کوچک منفرد بدون عارضه انسداد و عفونت ممکن است به درمان خاصی نیاز نباشد.

۴- در مورد سنگ های بزرگتری که خودبه خود دفع نشده اقدامات درمانی به منظور حذف آنها لازم است که روش های مختلف درمانی در این زمینه عبارتند از: در آوردن سنگ با آندوسکوپ، سنگ شکنی با کمک امواج ماوراء صوت از خارج بدن و به ندرت جراحی باز مورد نیاز است.



رژیم غذایی در افراد مبتلا به سنگ کلیه :

۱- اگر نوع سنگ کلیه کلسیمی یا فسفری باشد، از مصرف فرآورده های لبنی، شکلات و نارگیل خودداری کنید.