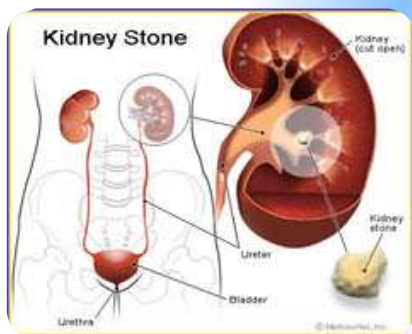




سنگ های ادراری

گروه سنی : تمام گروه های سنی



تهیه کنندگان : گروه آموزش به بیمار مرکز

با نظارت دکتر عصمت قانعی (متخصص کلیه و مجاری ادرار)

بازبینی زمستان ۱۴۰۱

**در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً
به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید :**

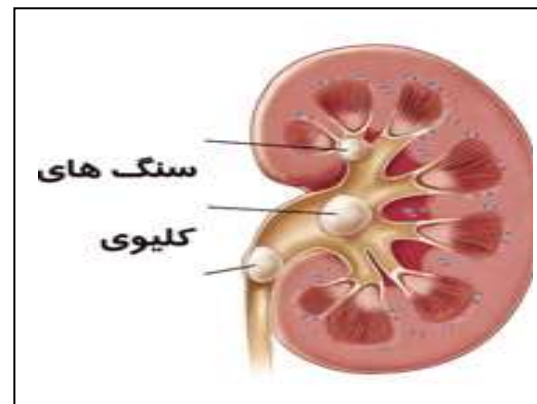
- ✓ تشدید درد به طوری که به درمان دارویی پاسخ ندهد و حمله درد شدید بوده طوری که با وجود مصرف مسکن بیش از یک ساعت طول بکشد.
- ✓ تهوع و استفراغ شدید به طوری که قادر به خوردن و آشامیدن نبوده و باعث کم آبی بدن شود.
- ✓ تشدید یا تداوم وجود خون در ادرار.
- ✓ تب و لرز.
- ✓ درد، سوزش و ناراحتی شدید هنگام دفع ادرار.
- ✓ تغییر رنگ / تیره شدن / کدر شدن رنگ ادرار.
- ✓ در صورت نیاز به مراجعه مجدد، برگه خلاصه پرونده خود را همراه داشته باشید.

منبع :

۱. عزیز خانی ر و همکاران . طرح دیتا وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ۱۳۹۲.
2. UPTODATE

۱۱. دفع نهایی سنگ همراه ادرار و خروج از پیشابراه به خارج بدن معمولاً بدون درد است و گاهی ممکن است درد خفیف و ناراحتی مختصر و کوتاه مدت همراه دفع ایجاد شود که سریع برطرف می شود نگران نباشید.

۱۲. در صورتی که درد و تهوع شما به درمان سرپایی پاسخ دهد، شما دچار اختلال در کلیه نشده اید و می توانید با رعایت نکات بالا تا ۴ هفته در منزل منتظر دفع سنگ باشید.



بیمار گرامی، با توجه به علائم شما و بررسی ها و معاینات انجام شده، جهت شما تشخیص سنگ کلیه مطرح است. در حال حاضر با توجه به بهبود علائم و عدم وجود عارضه ی خطرناک مرتبط با سنگ، می توانید به منزل بازگشته و درمان خود را به صورت سرپایی ادامه دهید.

تشکیل سنگ به دو علت می تواند باشد :

۱. کمبود آب بدن و کاهش مصرف مایعات، که باعث کاهش دفع آب در ادرار و غلیظ شدن ادرار شده و اصلی ترین علت تشکیل سنگ کلیه است.
۲. افزایش ترشح مواد معدنی به داخل ادرار، که می تواند به علت افزایش مصرف آنها یا زیاد بودن تولید آنها در داخل بدن باشد.

در این شرایط مواد فوق ابتدا یک رسوب کوچک ایجاد کرده که تشکیل بلور می دهد و سخت می شود و آرام آرام با رسوب بیشتر بر روی آن بزرگ و بزرگتر شده و به شکل سنگ در می آید.

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر توجه کنید :

۱. در هنگام بروز درد بهتر است از داروهای ضد درد خوراکی غیر مخدر مثل قرص دیکلوفناک یا ناپروکسن استفاده کنید.
۲. در صورت تشدید درد، از شیاف دیکلوفناک استفاده کنید (حداکثر ۳ عدد روزانه).
۳. توجه: مصرف زیاد دیکلوفناک / بروفن / ناپروکسن باعث ناراحتی و سوزش معده می شود، اگر سابقه ابتلا به زخم معده، آسم یا فشار خون بالا دارید قبل از مصرف با پزشک خود مشورت نمایید.
۴. اگر در اورژانس برای شما سونوگرافی انجام شده است برگه جواب را دور نیندازید و حتما در مراجعات بعدی به اورژانس یا پزشک، تا زمان دفع سنگ، آن را همراه داشته باشید.
۵. برای پیشگیری از تشکیل سنگ، مایعات زیاد مصرف کنید، روزانه ۱۰ تا ۱۲ لیوان در روز که بیش از نصف آن فقط آب ساده باشد.

۶. از مصرف نمک و شکر زیاد خودداری کنید.

۷. هیچ ماده غذایی را بدون دستور پزشک از رژیم غذایی خود کاملاً حذف نکنید، بدن به انواع مواد غذایی نیاز دارد.

۸. فعالیت جسمی و ورزش روزانه مناسب داشته باشید، این کار به دفع سریعتر سنگ کمک می کند.

۹. اگر هنگام ترخیص برای شما داروهای گشاد کننده حالب (تامسولوسین) یا آنتی بیوتیک تجویز شده است حتما طبق دستور و در ساعت معین مصرف کنید.

۱۰. بهتر است سنگ را پس از دفع برای بررسی نوع و جنس آن به آزمایشگاه بدهید (بخصوص در اولین بار ابتلا). برای این کار لازم است پس از ترخیص تا زمان دفع سنگ، هر بار که به دستشویی می روید ادرار خود را ابتدا در یک ظرف جمع آوری کنید یا هنگام ادرار کردن از یک صافی ریز استفاده کنید تا در صورت دفع سنگ، وارد فاضلاب نشود و بتوانید آن را نگهدارید.