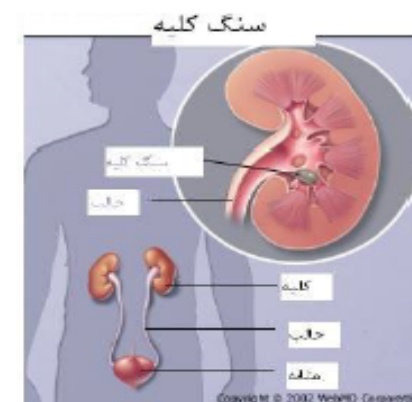


سنگ کلیه و مجاری ادراری:

هر گاه دچار حالت هایی نظیر درد بسیار شدید در پشت و پهلوها شدید که بهبود نمی یابند. یا وجود خون در ادرار و احساس سوزش در حین ادرار کردن شدید به پزشک مراجعه کنید.



علائم:

- درد - اسپاسم - انسداد همراه با هیدرونفروز -
صدمه به بافت و خونریزی

- عفونت همراه با لرز

- تب و سوزش ادرار

سنگ های ادراری:

سنگ ها عمدتاً در کلیه ها تشکیل می شوند اما می توانند در سیستم ادراری تحتانی ایجاد شوند یا به این ناحیه مهاجرت کنند. معمولاً تا زمانی که به مجرای ادرار تحتانی راه پیدا کنند بدون نشانه هستند.

علت:

- توقف ادرار (احتباس ادرار)

- هر عاملی که منجر به توقف ادرار یا اشیاع بیش از حد ادرار شود

- اشیاع بیش از حد ادرار یا کریستالوئید های که از قابلیت انحلال خوبی برخوردار نیستند.

- کاهش مصرف مایعات (کم آبی)

- عدم تحرک و شیوه زندگی ساکن و بدون تحرک

- اختلالات متابولیکی که میزان کلسیم و سایر یون ها را در ادرار بالا می برد.

- سابقه قبلی

- رژیم های غذایی سرشار از اگزالات ها - مکمل های کلسیم و پروتئین های حیوانی

- عفونت های مکرر ادراری

- باقی ماندن سوند در محل برای مدت طولانی

انواع سنگها:

کلسیمی، اگزالاتی، اسیداوریک، سنگ های عفونی و سنگ های سیستمی

درمان:

- خارج کردن سنگ (از طریق جراحی)

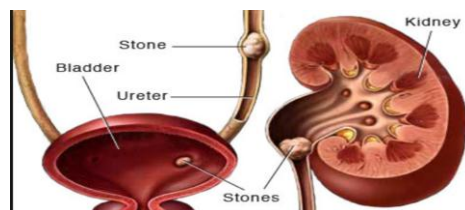
- تسهیل دفع سنگ با سنگ شکن



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اراک

بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان

سنگ کلیه



تهیه و تنظیم :

آرزو رضائی

(ارشد پرستاری مراقبت‌های ویژه)

- تعیین نوع سنگ

- پیشگیری از عفونت

- دادن آنتی بیوتیک مناسب

- برطرف کردن درد

آموزش:

- حمام با بخار گرم به منطقه پهلوها می تواند مفید باشد.

- مصرف مایعات زیاد به جز در موارد بیماری

نارسایی قلب و استفرغ

- حداقل ۸ لیوان آب در روز مصرف شود.

رژیم غذایی با توجه به نوع سنگ:

-سنگ های اسیداوریکی اجتناب از مصرف زیاد گوشت قرمز ، احشاء گاو و گوسفند ،گوشت پرندگان شکار و میگو .

- سنگ های سیستین، رژیم کم پروتئین و دریافت مایعات زیاد

- سنگ های اگراتی ، اجتناب از مصرف زیاد نمک و گوشت قرمز - مصرف زیاد مایعات

پیشگیری:

-با یک رژیم غذایی مناسب می توان از تشکیل سنگ کلیه جلوگیری کرد، سیگار نکشید، اگر دچار دیابت، فشارخون هستید آنها را به خوبی کنترل کنید .

- مصرف کمتر نمک، گوشت قرمز، نوشیدنی های قندی- مصرف بیشتر میوه و سبزیجات، مغزها، غلات سبوس دار

- افزایش تحرک، از مصرف بیش از حد ویتامین ها به ویژه ویتامین D و املاح اجتناب شود- مصرف چای و قهوه را تا ۲ فنجان در روز کاهش دهید- منظم ورزش کنید- مراقب کلسترول خونتان باشید.