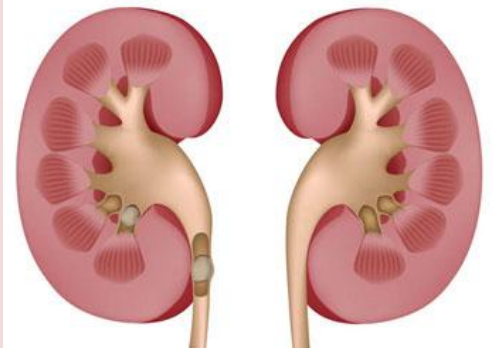




دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز

واحد آموزش بیمار

Kidney Stones



سنگ کلیه

گروه هدف: بیمار

تهیه: خ احمدی. تیر ۹۸

بازنگری: خرداد ۱۴۰۱

منبع: طب بیماریهای کلیه و مجاری ادراری

داخلی هاریسون

غذای نفخ دار و یبوست زا که باعث دل پیچه و شکم درد می شود را به مدت یک هفته مصرف نکنید.

در صورت تب ، لرز ، قرمزی محل عمل ، خارش شدید محل عمل ، ترشح خونی یا آبکی سریع به پزشک اطلاع دهید.

یک هفته پس از ترخیص جهت معاینه و کشیدن بخیه ها به درمانگاه یا مطب پزشک مراجعه نمایید.

پورتال بیمارستان گلستان

www.Golestan.ajums.ac.ir

حداقل هر ۶ ماه یکبار آزمایش خون و ادرار را انجام دهید.

داروها را خودسرانه قطع نکنید و طبق دستور پزشک مصرف کنید هر چند که درد و علامت ظاهرا از بین رفته باشد.

چاق نشوید .

پس از عمل وسیله سنگین بلند نکنید.

روزانه ملحفه و لباس خود را تعویض نمایید.

دو روز پس از ترخیص می توانید ایستاده دوش بگیرید.

لیف یا کیسه محکم روی بخیه ها نکشید.

به مدت یک هفته با شامپو بچه استحمام نمایید.

آنتی بیوتیک و داروی تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف کنید.

راه بروید.



آموزش به بیمار

- ۱- روزانه حداقل بین ۸ تا ۱۲ لیوان آب بنوشید.
- ۲- شب قبل از خواب دو لیوان آب بنوشید.
- ۳- هر ۲ ساعت مثانه خود را تخلیه کنید.
- ۴- پیاده روی، نرمش، ورزش را فراموش نکنید.
- ۵- غذای کم نمک مصرف کنید.
- ۶- با رعایت بهداشت فردی از بروز عفونت ادراری جلوگیری نمایید.
- ۷- روزانه حتماً از میوه جات و سبزیجات استفاده کنید.
- ۸- از کرفس، اسفناج و ریواس کمتر استفاده کنید.
- ۹- مصرف آجیل کم و محدود باشد.
- ۱۰- مصرف گوشت قرمز محدود باشد.

علل بیماری :

مهمترین علت سنگ سازی مصرف کم آب و مصرف زیاد نمک است .

-مصرف بیش از حد کلسیم .

- دفع مقادیر بیش از حد کلسیم از ادرار در اثر

-اختلال غده پارا تیروئید که تنظیم متابولیسم

کلسیم را به عهده دارد .

-نقرس (درمورد سنگ های اسیداوریکی)

-انسداد ادراری به هر دلیل

- عفونت مزمن کلیه

- عدم تخلیه منظم ادرار

عوامل افزایش دهنده خطر تشکیل سنگ :

- کاهش حجم ادرار ناشی از بی آبی یا آب و هوای گرم و خشک
- مصرف بیش از حد کلسیم و سدیم
- سابقه خانوادگی سنگ کلیه
- پرکاری تیروئید
- مصرف بیش از حد ویتامین ث یا D
- دربستر افتادن طولانی مدت و بی حرکتی به هر دلیل

سنگ کلیه :

سنگ کلیه ذرات کوچک و سختی است که در یک

یا هر دو کلیه تشکیل می شود و گاهی به داخل

حالب ها (لوله های باریکی که ادرار را از کلیه ها به

مثانه منتقل می کنند) انتقال می یابند.

سنگ کلیه از نظر اندازه از یک دانه شن تا حدود یک

توپ کوچک متغیر بوده و ممکن است منفرد یا

متعدد باشد. سنگ کلیه معمولاً بزرگسالان بالای ۲۰

سال از هر دو جنس مرد و زن را مبتلا می سازد ولی

در مردان شایع تر است.

علائم شایع :

دفع سنگ باعث ایجاد دوره های درد بسیار شدید

و بیچشی (متناوب) به فاصله هر چند دقیقه می

شود. درد معمولاً ابتدا در ناحیه پشت، درست پایین

دنده ها، ظاهر می گردد. در طی چند ساعت یا چند

روز، ناحیه درد از مسیر حرکتی سنگ از حالب به

طرف کشاله ران پیشروی می کند. با دفع سنگ،

درد بیمار متوقف می گردد. ولی سنگی که در حال

دفع نیست معمولاً هیچ علامتی ندارد.

تهوع یکی دیگر از علائم است .

دفع مقادیر اندک خون در ادرار موجب می شود که

ادرار کدر یا تیره به نظر برسد.