

تهوع مکرر، سوزش و تکرر ادرار، تب و لرز، بی اشتها

خون در ادرار (گاهی اوقات)



درمان تغذیه ای

- ۱- روزانه ۸ لیوان آب بنوشید.
- ۲- هر دو ساعت مثانه خود را تخلیه کنید
- ۳- از مصرف آجیل، شکلات، ریواس، کاکائو و اسفناج اجتناب کنید.
- ۴- مصرف نوشابه‌های گازدار ممنوع است.
- ۵- چای بهتراست کم‌رنگ و تازه دم باشد.
- ۶- پیاده روی و ورزش را فراموش نکنید.
- ۷- از مصرف زیاد نمک پرهیزید.
- ۸- از قرار گرفتن در محیط با دمای بالا خودداری کنید، زیرا منجر به تعریق و از دست رفتن آب بدن میشود.

سنگ کلیه چیست؟

سنگ‌های کلیه، توده‌های معدنی سختی هستند که در کلیه تشکیل میشوند و ممکن است در کلیه، حالب مثانه و پیشابراه دیده میشوند. جنس این سنگها نیز با هم متفاوت بوده و ممکن است از کریستالها یا اگزالات کلسیم، فسفات کلسیم، اسیداوریک یا سیستین باشند.

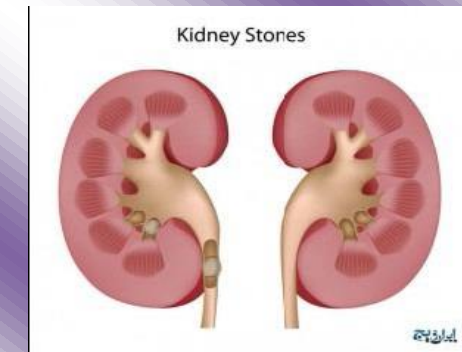
از نظر اندازه نیز سنگها با هم متفاوتند طوری که گاهی به کوچکی شن و سنگریزه اند و گاهی بزرگ و شاخه دار، به شکل شاخ گوزن هستند و حتی ممکن است حجم لگنچه کلیه را نیز پر کنند. حدود ۹۰٪ از سنگهای کوچک (کوچکتر از ۵ میلی‌متر) بدون نیاز به اقدام درمانی خاصی از بدن دفع میشوند و تنها حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد سنگها به اقدامات درمانی جدی نیازمندند به طور متوسط، خروج سنگها از بدن بین ۱ تا ۳ هفته به طول می انجامد و تقریباً موارد، سنگها تا هفته چهارم پس از ظهور علائم از بدن دفع شده اند.

از کجا می فهمیم سنگ کلیه داریم؟

تا زمانی که سنگ کلیه حرکتی نداشته باشد علامتی ایجاد نمیکند. به محض حرکت سنگ مهم ترین علامت آن یعنی **درد** ظاهر میشود. دفع سنگ باعث ایجاد درد شدید به طور متناوب میشود که به فاصله هر چند دقیقه شروع میشود. درد معمولاً ابتدا در ناحیه پشت و درست زیر دنده ها است و سپس به کشاله ران کشیده می شود.



سنگ کلیه و سنگ شکن



تحت نظر واحد آموزش

منابع: برونر و سودارث کلیه و مجاری ادراری

پرستاری مراقبت های ویژه تلان

۹- در صورت سوزش ادراری و علائم عفونت دستگاه ادراری به پزشک مراجعه کنید.

آمادگیهای لازم برای انجام سنگ شکن:

• در صورتی که سیگار میکشید حداقل ۲ هفته قبل از انجام سنگ شکن، ترک کنید.

• شب قبل از انجام سنگ شکن، یک شام سبک مثل سوپ یا سالاد میل کنید و پس از نیمه شب از خوردن و آشامیدن خودداری کنید (حتی قهوه، چای و آب هم ننوشید).

• در صورتی که به دلایل پزشکی دیگر مثل مشکلات قلبی، آسپرین یا وارفارین مصرف میکنید در مورد زمان قطع مصرف آنها قبل از سنگ شکن با پزشکتان مشورت کنید.

• نتایج آزمایشات انجام شده (آزمایشات عملکرد کلیه، قند خون، شمارش گلبولهای قرمز، سفید و پلاکت، بررسی زمان انعقاد خون، کشت و تجزیه ادرار و سونوگرافی) را در روز سنگ شکن به همراه داشته باشید.

• در مواردی ممکن است نیاز باشد روده ها کاملاً پاک شوند تا عکسهای رادیولوژی که گرفته میشود وضوح بیشتری داشته باشد که در این موارد ۲۴ ساعت قبل روغن کرچک و قرص های ضد نفخ تجویز می شود.

• برای تسکین درد در هفته های قبل از انجام سنگ شکن از استامینوفن استفاده کنید زیرا مصرف آسپرین، بروفن یا ناپروکسن میتواند شانس خونریزی را افزایش دهد.

اقدامات حین سنگ شکن:

قبل از شروع کار برای شما یک سرم وصل میشود و یک داروی مسکن به شما تزریق میشود علاوه بر داروی مسکن، از یک شل کننده عضلاتی نیز برای شل شدن عضلات استفاده میشود. (برای بچه ها معمولاً از بیهوشی عمومی استفاده میشود).

شما بر روی تختی که بر روی ماشین سنگ شکن قرار گرفته، به پشت می خوابید دستگاه بر علیه سنگهای کلیه امواجی را ارسال میکند و باعث شکسته شدن آنها میشود به این ترتیب که از طریق عکسهای رادیولوژی محل سنگها مشخص میشود و امواج دقیقاً در همان محلها متمرکز میشوند.

سنگهای خرد شده از طریق میزنا می وارد مثانه و سپس از بدن دفع میشوند. عملیات سنگ شکن معمولاً یکساعت به طول می انجامد.



اقدامات پس از سنگ شکن:

• بلافاصله پس از انجام عملیات سنگ شکن به شما یک آنتی بیوتیک وریدی (از طریق سرم) تزریق میشود و برای چند روز به صورت خوراکی هم دارو برای شما نسخه میشود.

• فرآیند دفع خرده های سنگ ممکن است چندین روز یا حتی چند ماه به طول انجامد که در این مدت وجود خون در ادرار غیرطبیعی نیست که البته رنگ ادرار باید به مرور زمان روشن تر شود.

• نوشیدن آب و مایعات به مقدار زیاد جهت تسهیل در روند دفع خرده های سنگ بسیار کمک کننده است.

• هرگونه علامت غیرطبیعی از جمله دفع خون روشن، درد شدید، تب و عدم توانایی دفع ادرار را به پزشکتان اطلاع دهید.

• بعد از انجام سنگ شکن ممکن است در ناحی هایی که امواج تابانده شده اند (شکم و کمر) کبودی و خونمردگی مشاهده شود که جای نگرانی نیست و پس از مدتی برطرف میشود.

۲-۳ ساعت بعد از سنگ شکن می توانید فعالیت معمول خود را ادامه دهید.