

راهنمای بیمارانی با سنگ های ادراری

سنگ ادراری یک بیماری شایع است که به طور متوسط در ۱ درصد از افراد بالغ دیده می شود این بیماری در نواحی گرم که افراد بیشتر در معرض کم آبی قرار دارند شایعتر است

در برخی شرایط و افراد احتمال بروز سنگ کلیه بالاتر است :

- ۱ کم آبی
 - ۲ فعالیت جسمانی کم
 - ۳ سابقه سنگ کلیه در خانواده و خود شخص
 - ۴ رژیم غذایی نامناسب
 - ۵ مصرف بیش از حد مکمل های دارویی و ویتامین ها
 - ۶ عفونت های ادراری
- علائم شایع : درد شدید ، خون ادرای ، احساس ناراحتی در هنگام دفع ادرار ، تعرق ، نیاز به تخلیه ی مکرر ادراری

تشخیص :

آزمایش ادرار ، آزمایش خون ، معاینه ی بالینی ، عکس ساده و رنگی ، سونوگرافی

درمان :

داروهای مسکن و ضد تهوع در موارد حاد و انتظار جهت دفع سنگ و در صورت عدم دفع خود به خودی مداخله و درمان های تخصصی لازم است.

نکات پس از ترخیص :

- ۱ بهتر است از داروهای ضد درد خوراکی غیر مخدر استفاده کنید
- ۲ در صورت تشدید درد از شیاف دیکلوفناک استفاده کنید
- ۳ مصرف زیاد داروهای ضد درد خوراکی ممکن است باعث ناراحتی و سوزش معده شود در صورت ابتلا به زخم معده از مصرف آن ها پرهیزید.

۴ در طی روزهای آینده به متخصص کلیه و مجاری

ادراری مراجعه کنید

۵ اگر در اورژانس برای شما سونوگرافی انجام

شده است حتماً کپی آن را داشته باشید

۶ مایعات زیاد مصرف کنید (حداقل روزانه

۲.۵-۳ لیتر)

۷ از مصرف نمک و شکر زیاد خودداری کنید

۸ از مصرف بیش از حد چای و قهوه خودداری کنید

۹ از استراحت مطلق خودداری کنید

۱۰ از مصرف داروهای مسکن فقط هنگام حملات

درد شدید استفاده کنید چون باعث وابستگی دارویی و مقاومت دارویی می شود.

۱۱ بهتر است سنگ را پس از دفع برای بررسی و

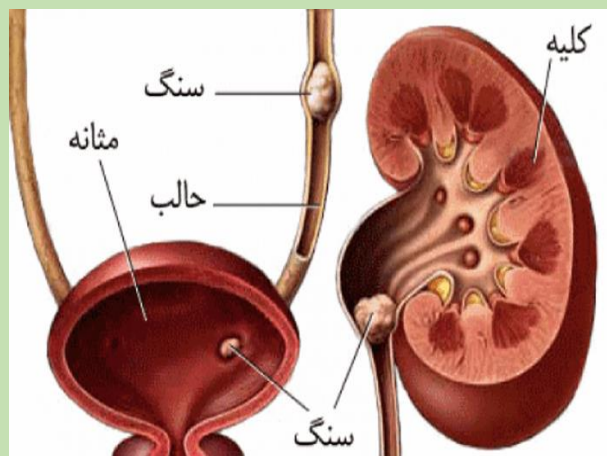
تعیین نوع و جنس آن به آزمایشگاه بدهید

۱۲ هنگام ادرار کردن از یک صافی ریز استفاده کنید



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

خودمراقبتی در سنگهای ادراری



تهیه کننده:

فاطمه گلستانی (سوپروایزر آموزش سلامت)

مرکز آموزشی پژوهشی درمانی امام علی (ع)

بازنگری: آذر ماه ۱۴۰۳

تکته !

هیچ ماده ی غذایی را بدون توصیه ی
پزشک از رژیم خود حذف نکنید.



بیمارستان امام علی (ع)

بجنورد، خیابان شهریار، مقابل دانشگاه آزاد

در صورت هر گونه سوال می توانید در ساعات اداری با شماره

تلفنهای زیر تماس بگیرید:

تلفن: ۱۲-۰۵۸۳۲۲۹۷۰۱۰ داخلی ۱۱۸۶

۰۹۱۵۴۴۱۵۴۴۶

جهت دریافت این فایل آموزشی به سایت بیمارستان به آدرس زیر

مراجعه کنید:

WWW.NKUMS.AC.IR

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

۱ حمله ی درد شدید بیش از یک ساعت با وجود

مصرف مسکن

۲ تهوع ، استفراغ شدید



۳ تشدید یا تداوم وجود خون واضح در ادرار

۴ تب و لرز

۵ درد شدید هنگام دفع ادرار

۶ لازم به ذکر است معیار کافی بودن مصرف مایعات

، حجم ادرار است. باید ادرار کافی با رنگ کاملاً شفاف

داشته باشید.