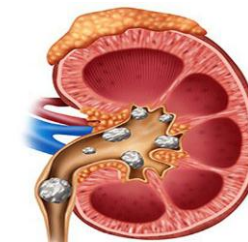




مرکز آموزشی و درمانی سینا

گروه هدف: بیماران

سنگ کلیوی



بخش اورژانس

اسفند ۱۳۹۶

سنگ کلیه در اثر کریستال حاصل از نمک و مواد موجود در ادرار به وجود می آید، که به تدریج اندازه ی آن بزرگ می شود. سنگ های کلیه علایم بالینی مشابهی دارند، ولی نوع بیماری و درمان آنها متفاوت است. سنگ کلیه می تواند بدون علامت باشد تا زمانی که کلیه را از کار بیندازد اما یکی از مهم ترین علائم سنگ کلیه درد است.

این درد معمولاً شب ها شروع می شود و فرد را از خواب بیدار می کند. در واقع درد سنگ کلیه شدید و غیر قابل تحمل است. خانم هایی که تجربه زایمان را داشته اند و بیمار سنگ کلیه هم هستند، می گویند، درد زایمان قابل مقایسه با درد سنگ کلیه نیست. واقعاً این بیماران هنگام درد خیلی زجر می کشند. یکی دیگر از علائم سنگ، تغییر رنگ ادرار به صورت خونی است. بعضی از بیماران سنگ کلیه، با علامت عفونت مراجعه می کنند. در این موارد، سنگ کلیه جزو اورژانس های پزشکی است و باید فوراً به آن رسیدگی شود.

علل ایجاد سنگ کلیه

□ دفع مقادیر بیش از حد کلسیم از ادرار در اثر اختلال غده پاراتیروئید (که تنظیم متابولیسم کلسیم را به عهده دارد).

□ مصرف بیش از حد کلسیم و ویتامین D

□ نقرس (در مورد سنگ های اسیداوریکی)

□ انسداد مجاری ادراری به هر دلیل

□ کاهش حجم ادرار ناشی از بی آبی یا آب وهوای گرم و خشک نیز از علل ایجاد سنگ کلیه است.

□ رژیم غذایی نامتناسب (مصرف بیش از حد کلسیم)

□ سابقه خانوادگی سنگ کلیه

□ پرکاری پاراتیروئید نیز از دیگر علل ایجاد سنگ کلیه است.

□ در بستر افتادن طولانی مدت به هر دلیل

□ سوء مصرف الکل

جنس سنگ کلیه

شایع ترین نوع سنگ کلیه ، سنگ های کلسیمی هستند. این سنگ های کلسیمی هم عموماً به صورت نمک های کلسیم هستند. مثلاً "اکزالات کلسیم یا فسفات کلسیم، بعد از سنگ های کلسیمی، سنگ های عفونی، اسید اوریکی و سایر انواع سنگ ها شایع تر دارند. ولی اکثر

افرادی که گرفتار سنگ کلیه می شوند، در واقع گرفتار سنگهای کلسیمی هستند.

علامه شایع سنگ کلیه



□ دوره های درد شدید و پیچشی (متناوب) به فاصله هر چند دقیقه.

□ 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 پیروی می کند. با دفع سنگ ، درد بیمار متوقف می گردد.

□ تهوع مکرر

□ دفع مقادیر اندک خون در ادرار نیز از دیگر علائم سنگ کلیه است. ادرار ممکن است کدر یا تیره به نظر برسد.

درمان سنگ کلیه

اولین و مهمترین جزء درمان تغذیه ای این بیماران، مصرف فراوان آب است. به گونه ای که ادرار رقیق دفع گردد و غلظت مواد تشکیل دهنده ی سنگ در آن کاهش یابد یعنی حجم ادرار دفع شده به ۲ لیتر یا بیشتر در روز برسد .

درمان های مؤثر

بیشتر سنگ های ریز، چند ساعت یا چند روز پس از تشکیل از راه مجرای ادرار دفع می شود. در مورد سنگ های بزرگتر، روش سنگ شکن از حدود ۳۰ سال پیش انجام می شود. این روش غیر جراحی، به کمک امواج با انرژی بالا، سنگ ها را به خرده های ریز تبدیل می کند. سپس این خرده ها از راه ادرار دفع می شود. این شیوه در اکثر موارد برای سنگ های کوچکتر از ۲ سانتی متر، مؤثر است. سنگ های بزرگتر از ۲ سانتی متر باید به کمک عمل جراحی خارج شود. داروهای مسکن، برطرف کننده اسپاسم و ضدالتهاب در موارد قولنج کلیه تجویز می شود .

رژیم غذایی در افراد مبتلا به سنگ کلیه

□ اگر نوع سنگ کلیه کلسیمی یا فسفری باشد، از مصرف فرآورده های لبنی ، شکلات و نارگیل خودداری کنید.

□ اگر نوع سنگ کلیه فسفات باشد، رژیم غذایی حاوی اسیدها به اسیدی نگه داشتن مختصر ادرار کمک می کند.

□ اگر نوع سنگ کلیه، اسیداوریکی یا سیستینی باشد، رژیم غذایی حاوی مواد قلیایی به قلیایی نگه داشتن مختصر ادرار کمک می کند.

★ در مورد همه انواع سنگهای کلیه، نوشیدن روزانه حداقل ۱۳ لیوان مایعات (و بیشتر از همه آب خالص) ضروری است.

★ رژیم غذایی کم چربی و پرفیبر نیز توصیه می گردد.

★ در مورد مصرف میوه ها ، توصیه می شود از مصرف کیوی، نارنگی و لیموشیرین خودداری شود ولی برای مصرف پرتقال محدودیتی وجود ندارد.