



پمفلت سنگهای ادراری

بیمارستان امام خمینی بناب



رئیس علمی بخش: دکتر گلزاری

سوپروایزر آموزشی: خانم بیرامی

تهیه کننده: ستارزاده

تدوین: 1401

بازنگری: 1403

کد سند: PA-PHE-94

سنگ کلیه چیست :

سنگ ادراری یا همان سنگ ادراری یک توده بلوری شکل و سخت کاملاً شبیه به سنگ -معمولاً با حاشیه نامنظم و کناره‌های تیز- است که از مواد داخل ادرار بوجود می‌آید. که تدریجاً اندازه آن بزرگ میشود درز یک یا هر دو کلیه تشکیل میشود و گاهی به داخل حالبها انتقال می‌یابد اندازه آن بسیار متفاوت بوده و از اندازه یک دانه برنج تا بزرگی یک توپ کوچک -معمولاً به رنگ زرد یا قهوه‌ای- دیده میشود از مهمترین علائم سنگ کلیه درد است. درد معمولاً شب‌ها شروع میشود و فرد را از خواب بیدار میکند درد غیرقابل تحمل است خانم‌هایی که زایمان کرده‌اند و بیمار سنگ کلیه هستند می‌گویند درد زایمان قابل مقایسه با سنگ کلیه نیست معمولاً در مردان شایعتر است.

علل ایجاد سنگ :

- 1- دفع مقادیر بیش از حد کلسیم از ادرار در اثر اختلال غده پاراتیروئید
- 2- مصرف بیش از حد ویتامین‌ها و مکمل‌های دارویی
- 3- نقرص (سنگهای اسیداوریکی)
- 4- انسداد ادراری به هر دلیل
- 5- کاهش حجم ادرار ناشی از کم آبی یا آب و هوای خشک
- 6- رژیم غذایی نامناسب (مصرف بیش از حد کلسیم -مصرف

پروتئین‌های حیوانی زیاد- کمبود مصرف سبزیجات و فیبر- مصرف زیاد شکر) 7- سلبقه خانوادگی مثبت 8- افراد دارای یک کلیه 9- فعالیت جسمانی کم و در بستر افتادن طولانی مدت به هر دلیل 10- سوء مصرف الکل 11- ابتلا به بیماریهای متابولیسیمی یا غددی مثل دیابت و چاقی شدید 12- عفونت مزمن کلیه و عفونتهای ادراری 13- عدم تخلیه ادرار 14- انجام شیمی درمانی

علائم:

- 1- درد- درد شدید اصلی ترین علامت است معمولاً ناگهانی و همراه با احساس فشار است. معمولاً در ناحیه پشت درست پایین دنده‌ها ظاهر می‌گردد و در طی چند ساعت یا چند روز -ناحیه دراز مسیر حرکتی سنگ از حالب به طرف کشاله ران پیروی میکند.
- 2- تهوع و استفراغ‌های مکرر
- 3- خون ادراری: لبه‌های تیز و کناره‌های ناصاف سنگ هنگام عبور از محل‌های تنگ دستگاه ادراری میتواند ایجاد خونریزی -سوزش در هنگام ادرار کردن خارش کند. ادرار ممکن است تیره یا کدر به نظر برسد.

به طور کلی سنگهای ادراری 4 نوع هستند:

- 1- کلسیمی- بیشترین نوع سنگ است 80٪ سنگها حاوی کلسیم هستند. در بسیاری از افراد کلیه قادر به شستن کلسیم اضافی در ادرار هستند اما در بعضی دیگر کلسیم در داخل کلیه‌ها رسوب می‌کند سپس این کلسیم همراه با سایر ترکیبات مخلوط شده و سنگ‌ها را ایجاد می‌کند.

2- سنگهای استرویتی که ثانویه به بعضی عفونتهای ادراری ایجاد می شوند این سنگها حاوی منیزیم و آمونیاک می باشند (شاخ گوزنی)

3- اسید اوریکی - زمانیکه ادرار خیلی اسیدی است ایجاد میشود باید مصرف گوشت در این افراد محدود شود.

4- سیستینی - بسیار نادر میباشد بیشتر به صورت فامیلی است و عامل ارث در تشکیل این سنگها نقش دارد سیستین در ساختار عصب و عضله نقش دارد.

تشخیص: آزمایش ادرار - آزمایش خون - معاینات بالینی - عکس ساده ورنگی - سونوگرافی

درمان: - با توجه به شدت بیماری پزشکی اقدامات درمانی زیر را جهت بیمار برنامه ریزی می نماید

1- مصرف داروهای مسکن

2- نوشیدن مقادیر فراوان آب، در صورتی که تهوع و استفراغ وجود داشته باشد مایع درمانی یا سرم درمانی شروع میشود.

3- جمع آوری ادرار 24 ساعته برای بررسی سنگ از نظر نوع، ترکیب و علل زمینه ای تشکیل سنگ

اما اگر درد خیلی شدید باشد، احتمالاً سنگ، مجرای ادراری بیمار را مسدود کرده یا اینکه سنگ بایک عفونت ادراری همزمان شده است. در این حالت از درمانهای زیر استفاده میشود.

1- سنگ شکن با امواج صوتی استفاده می کنند که براحتی از بافت های بدن می گذرد و دارای قدرت کافی برای شکستن سنگ کلیه است. در این روش، سنگها به قطعات ریز شکسته و همراه با ادرار از مجرای ادراری دفع می شوند. این امواج بی خطرند و بیمار، آنهارا حس نمکند.

2- خارج کردن یا خرد کردن سنگ از طریق پوست اگر سنگ شکن کار ساز نباشد یا سنگ خیلی بزرگ باشد، از این روش استفاده میشود در این روش، لوله نازکی به نفروسکوپ از طریق برش کوچکی که در ناحیه درپشت بیمار ایجاد شده وارد کلیه می شود. سپس با استفاده از آن، سنگ را خرد میکنند و سپس خارج می سازند.

3- یورتروسکپی: جراح در این روش، لوله تلسکوپ نازکی را به نام یورتروسکوپ از طریق مجرای ادراری به محل استقرار سنگ هدایت می کند و می کوشد تا با بهره گیری از این ابزار دقیق، سنگ را به طور کامل خارج سازد یا برای راحتی کار، ابتدا آن با استفاده از امواج صوت، لیزر شکسته و خارج کند

5- جراحی باز: جراح در این روش، برشی را در پهلوی بیمار ایجاد می کند و از این طریق با دسترسی به کلیه ها اقدام به خارج ساختن سنگ می نماید. این، آخرین گزینه برای درمان سنگ است و در موارد معدودی م مورد استفاده قرار می گیرد.

راههای پیشگیری از تشکیل سنگ:

1- نوشیدن 12 لیوان آب در روز و شب 2 لیوان قبل از خواب.

2- مصرف نوشیدنیهای لیمویی - زنجبیلی - پرتقالی (امادر عین حال بهترین نوشیدنی آب است)

3- محدود کردن مصرف چای و قهوه و نوشابه زیرا کافئین موجب از دست رفتن آب بدن میشود و به تشکیل سنگ کمک میکند.

4- غذای کم نمک مصرف کنید و از مصرف شکر زیاد خودداری کنید.

5- هر 2 ساعت مثانه خود را تخلیه کنید.

6- پیاده روی - نرمش و ورزش را فراموش نکنید.

8- مصرف آجیل کم و محدود باشد

7- با رعایت بهداشت فردی از بروز عفونت ادراری پیشگیری کنید

9- از کرفس - اسفناج - وریواس کمتر استفاده کنید.

10 - ممکن است به شما توصیه شود که از غذاهای خاصی بیشتر

بیشتر استفاده نمایید و یکسری غذاهای دیگر را کمتر مصرف نمایید بعنوان مثال در سنگهای اسیداوریک فرد باید کمتر گوشت مصرف کند. زیرا گوشت در بدن تبدیل به اسیداوریک میشود و بیز میتوان جهت جلوگیری از تشکیل سنگهای اسیداوریکی یا کلسمی از ادرار استفاده شود.

11- بعد از دفع سنگ - جهت نشان دادن آن به دکتر آن را نگه دارید و از پزشک در مورد نحوه پیشگیری از بروز سنگ سوال کنید.

12- هنگام ادرار کردن از یک صافی ریز استفاده کنید.

منابع: کتاب درسنامه پرستاری داخلی - جراحی برون و سودارت، تالیف جانیس ال. هینکل، ترجمه حجتی محمد نوروزی، انتشارات اندیشه رفیع