

## سنگ کلیه



شناسنامه پمفلت آموزشی کد	
عنوان	سنگ کلیه
تهیه کننده	معصومه دهقانپور
تایید کننده	دکتر ناتمی
سال تهیه	۱۳۹۹
ناظر کیفی سوپروایزر آموزش سلامت و نام متخصصین تایید کننده پمفلت درج شود.	

## سنگ‌های کلیه

اگر تاکنون سنگ کلیه داشته اید، می‌فهمید که درد آن چقدر شدید است. بسیاری از سنگ‌های کلیه بدون کمک پزشک از بدن دفع میشوند. ولی گاهی سنگ دفع نمیشود و یا حتی ممکن است بزرگتر شود که در این هنگام پزشک می‌تواند به شما کمک کند. هر گاه دچار حالت‌هایی نظیر درد بسیار شدید در پشت و پهلوها شدید که بهبود نمی‌یابد، وجود خون در ادرار و احساس سوزش حین ادرار کردن بودید حتماً به پزشک مراجعه نمایید. این علائم می‌تواند ناشی از سنگ کلیه باشد که نیاز به مراجعه به پزشک دارد.

## سنگ کلیه چیست؟

سنگ کلیه، قطعه‌ای از مواد جامد است که در داخل کلیه‌ها سوی مواد درون ادرار تشکیل میشود. سنگ‌های بزرگ ممکن است در حالب، مثانه، یا پیشابراه گیر کنند. همین عامل می‌تواند سبب انسداد و جلوگیری از خروج ادرار شود.

## آیا تمام سنگ‌های کلیوی شبیه هم هستند؟

خیر بطور کلی ۴ نوع مختلف از سنگ‌های کلیوی وجود دارند

- شایعترین فرم آنها حاوی کلسیم میباشد. در بسیاری از افراد کلیه‌ها قادر به شستن کلسیم اضافی در ادرار هستند اما در بعضی دیگر کلسیم در داخل کلیه‌ها رسوب می‌کند.

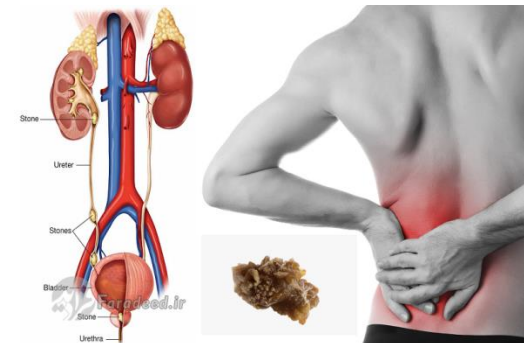
- سنگ‌های اسیداوریکی که بخصوص زمانیکه ادرار خیلی اسیدی است ایجاد میشوند. در صورت وجود این سنگ‌ها مصرف گوشت در فر د باید محدود شود.

- سنگ‌های سیستیین که بسیار نادر می‌باشد. سیستیین بطور عمده در عضلات و بعضی قسمتهای دیگر بطور طبیعی تولید می‌شود. این مولکول نیز می‌تواند در ادرار تجمع یافته و منجر به تشکیل سنگ

سنگ‌های کلیه میتوانند بسیار کوچک به اندازه یک شن باشند یا اینکه بزرگ بوده و به اندازه یک مروارید باشند گاهی نیز به حدی بزرگ میشوند که به اندازه توپ پینگ پنگ خواهند شد. سنگ‌ها میتوانند صاف یا ناصاف باشند و معمولاً به رنگ زرد یا قهوه‌ای هستند

پزشک در ارتباط با مشکلات سنگ چه اقداماتی انجام میدهد؟

در صورت وجود درد شدید در پشت یا پهلوها و در صورت ادامه دار شدن این درد به پزشک مراجعه کنید  
در صورت وجود خون در ادرار نیز به پزشک مراجعه کنید  
- جهت جلوگیری از تشکیل سنگ تا حد ممکن آب بنوشید  
- بعد از دفع سنگ، جهت نشان دادن آن به دکتر آنرا نگه دارید و از پزشک در مورد نحوه پیشگیری از بروز سنگ سؤال کنید.



اوریکی استفاده می شود نیز بر روی سنگهای کلسیمی اثری ندارد. بنابراین جهت درمان سنگ، آنالیز و آزمایش دقیق سنگ باید انجام شود

### جهت جلوگیری از بروز سنگ چه اقداماتی می توان انجام داد

تا آنجا که ممکن است مایعات مصرف کنید. سعی کنید روزانه 12 لیوان آب بنوشید. نوشیدن زیاد مایعات به شست مواد موجود در ادرار و جلوگیری از رسوب آنها کمک می کند. بعلاوه میتوان از آب لیمو یا آبمیوه نیز استفاده نمود. اما آب از همه بهتر است. سعی کنید مصرف چای و قهوه خود را لاقل تا 2 فنجان در روز کاهش دهید زیر کافین به تشکیل سنگ کمک میکند. ممکن است به شما توصیه شود که از غذاهای خاصی بیشتر استفاده نمایید و یکسری غذاهای دیگر را کمتر مصرف نمایید. بعنوان مثال در صورت سنگ اسید اوریکی فرد باید کمتر گوشت مصرف کند زیرا گوشت در بدن تبدیل به اسید اوریک می شود.

گاهی نیز میتوا نجهت جلوگیری از تشکیل سنگهای اسید اوریکی یا کلسیمی از دارو استفاده نمود

### نکاتی که باید به یاد داشته باشید

- بسیاری از سنگها بدون کمک پزشک از بدن دفع میشوند.

اگر سنگی وجود داشته باشد که به خودی خود دفع نمیشود پزشک به تدریج اقداماتی انجام خواهد داد تا سنگ بالاخره دفع شود. در گذشته تنها راه خلاصی از سنگها انجام جراحی بود. اما امروزه روشهایی وجود دارد که می توان بدون انجام جراحی آنها را دفع نمود که شامل استفاده از امواج پر انرژی از طریق پوست جهت شکستن سنگ می باشد (سنگ شکنی) و روشهای جراحی خاصی که کمترین عارضه جانبی را در پی خواهد داشت  
پزشک چگونه می تواند به ماهیت و نوع سنگ پی ببرد؟

بهترین راه برای یافتن نوع سنگ، آزمایش خود سنگ میباشد. اگر احساس میکنید که دارید سنگ دفع میکنید، بعد از دفع حتماً سنگ خود را نگهدارید. بعلاوه با آزمایش ادرار یا خون نیز می توان به ماهیت سنگ پی برد. جهت آزمایش ادرار باید ادرار را 24 ساعته جمع آوری شود

روش درمانی که پزشک جهت درمان سنگ به کار میرد به نوع سنگ بستگی دارد. بعنوان مثال داروهایی که جهت درمان سنگهای کلسیمی مورد استفاده قرار می گیرند بر روی سنگهای دیگر اثری ندارد. رژیم غذایی که جهت درمان سنگهای اسید