



## رنال کولیک (درد کلیه)

کد: ED-PM-048-01	
1393/10/25	تاریخ انتشار
1394/10/25	تاریخ بازنگری
منابع	دستورالعمل اورژانس دیتا

تاریخ مراجعه بعدی:  
رژیم غذایی:  
آدرس پزشک:  
نمونه پاتولوژی:  
تاریخ انجام پانسمان:



قزوین ، خیابان فردوسی ، بالاتر از  
چهارراه فردوسی ، جنب مرکز دیالیز  
تلفن: 70-33365160  
32388 (30 خط)  
وب سایت: [www.mehreganhospital.ir](http://www.mehreganhospital.ir)  
پست الکترونیکی:  
[mehreganhospital@IRAN.IR](mailto:mehreganhospital@IRAN.IR)

8-فعالیت روزانه و ورزش روزانه مناسب باعث شده سنگ شما سریعتر دفع شود.

9-توصیه می شود در هنگام رفتن به دستشویی ادرار خود را در صافی دفع کنید تا اگر سنگ دفع شد بتوانید آن را برای آزمایش ببرید.

10-درد و ناراحتی کوتاه مدت در هنگام دفع سنگ خواهید داشت نگران نباشید این درد سریع برطرف می شود.

11-در صورت تشدید در تب و لرز- درد و سوزش و ناراحتی شدید هنگام دفع ادرار- تغییر رنگ-تیره شدن یا کدر شدن ادرار به پزشک مراجعه نمایید.

نکاتی جهت پیشگیری از انواع سنگ ها:

1-مصرف زیاد مایعات که بهتر است نصف مایعات شما آب ساده باشد. در صورت مصرف آب میوه بهتر است آب پرتقال استفاده کنید و آب سیب کمتر مصرف شود.

2- پرهیز از مصرف بیش از اندازه چای و قهوه و نوشابه های گازدار

3-در طول روز هر 1 تا 2 ساعت یک لیوان آب و قبل از خوابیدن و پس از بیدار شدن 2 لیوان آب بنوشید. با هرونده غذایی 2 لیوان آب بنوشید.

4-کاهش مصرف نمک و پرهیز از مصرف شکر زیاد و سعی کنید از غذاهای کنسرو-فست فود-سوسیس-کالباس چپس و . . . اجتناب کنید.

## رنال كوليڪ (دردكليہ)

### چيست؟

دستگاه ادراي شامل كليہ ها، حالب ها، مثانه، پيشابراه (مجرای ادراي) است. بيماري دردكليہ يكي از شايعترين اختلالات دستگاه ادراي است. سنگ هاي كليہ يك توده بلوري شكل و سخت و كاملاً شبیه به سنگ با كناره هاي تيز است كه ممكن است در هر قسمتي از دستگاه ادراي يافت شود. اندازه آنها بسيار متفاوت است از اندازه ي يك دانه برنج يا شن تا بزرگي يك تخم مرغ ديده مي شود.

### تشكيل سنگ 2 علت مي تواند داشته باشد:

1- كمبود آب بدن و کاهش مصرف مايعات كه باعث کاهش دفع آب در ادرا و غليظ شدن ادرا شده و اصلي ترين علت سنگ كليہ است.  
2- افزايش ترشح مواد معدني به داخل ادرا و بنا بر اين ابتدا يك رسوب كوچك ايجاد شده كه تشكيل بلور را مي دهد و سخت مي شود و آرام آرام با رسوب بيشتر برروي ان بزرگ و بزرگتر شده و به شكل سنگ در مي آيد.  
عوامل ديگري كه باعث ايجاد سنگ كليہ مي شود عبارتند از:

كم بودن فعاليت جسماني- سابقه سنگ كليہ در افراد خانواده- سابقه سنگ قبلي در خود فرد- كمبود كلسيم- مصرف زياد پروتئين حيواني- كمبود مصرف سبزيجات و فيبر- مصرف زياد شكر- مصرف بيش از اندازه مكملي هاي دارويي و ويتامين ها مانند: قرص كلسيم- ويتامين ث- و ويتامين د- كپسول هاي روغن ماهي مصرف برخي از داروها مانند: كورتون ها- هورمون هاي تيروئيد- ضد اسيد هاي معده- سابقه عفونت هاي مكرر ادراي- افراد داراي يك كليہ- كيسه هاي كليوي- شيمي درماني- ديابت- چاقی شديد

### انواع سنگ ادراي:

1- كلسيمي 2- اسيد اوريكی 3- شاخ گوزني 4- سيستيني

## علائم شايع در اين بيماري:

➤ **درد:** معمولاً ناگهاني و همراه با احساس فشار است. شدت آن ثابت نيست كم و زياد مي شود از 20 دقيقه شروع مي شود تا يك ساعت هم ادامه دار است.

➤ **خون ادراي:** كناره هاي تيز سنگ هنگام عبور از محل هاي تنگ دستگاه ادراي ايجاد خراش و خون ريزي مي كند و ادرا به رنگ قرمز ديده مي شود.

➤ **احساس ناراحتي و درد در**

**هنگام ادرا**

➤ **نياز به تخليه ي مكرر**

**ادرا**

(سريع و فوري ادرا كردن)

➤ **تعريق**

### تشخيص:

عكس ساده- عكس رنگي- سي تي اسكن- سونوگرافي

### درمان:

در صورت درد شديد ، تجويز مسكن توسط پزشك و داروي ضد استفراغ كه بايد منتظر باشيد تا سنگ دفع شود.

در مورد سنگ هاي بزرگتر از 1 سانت كه احتمال دفع آنها پايين است در مانهاي تخصصي مانند سنگ شكني نياز دارند.

توصيه هاي پس از ترخيص:

1- در صورت داشتن درد استفاده از دارو هاي ضد درد خوراكي (ديكلوفناك، استامينوفن، ناپروكسن)

توجه داشته باشيد مصرف زياد ديكلوفناك و يا برفن يا ناپروكسن باعث ناراحتي معده مي شود و يا باعث تشديد آسم يا فشارخون مي شود از مصرف آن پرهيز كنيد

2- در صورت تشديد درد استفاده از شياف ديكلوفناك

(حداكثر 3 عدد روزانه)

3- در صورتيكه توسط پزشك براي شما داروي شل كننده و گشاد كننده حالب تجويز شده حتماً طبق دستور استفاده نماييد.

4- اگر براي شما سونوگرافي انجام شده حتماً جواب آن را تا زمان دفع سنگ نگه داريد و در مراجعات بعدي به پزشك همراه داشته باشيد.

5- مايعات زياد مصرف كنيد روزانه حداقل 3-2/5 ليتر مايعات بنوشيد. (بيش از نصف مقدار تعيين شده آب ساده باشد) ميزان مصرف آب به اندازه اي باشد كه حداقل 2 ليتر ادرا در هر شبانه روز دفع كنيد (در طول شب حداقل يك يا دو بار براي ادرا كردن بيدار شويد) و رنگ ادرا زرد روشن يا بي رنگ باشد.

6- از مصرف نمك و شكر زياد خودداري كنيد.

7- هيچ ماده غذايي را بدون دستور پزشك از رژيم غذايي خود حذف نكنيد.