



رنال کولیک (درد کلیه)

کد: ED-PM-048-01	
تاریخ انتشار	۱۴۰۱/۰۱/۱۵
تاریخ بازنگری	۱۴۰۲/۰۲/۰۱
منابع	دستورالعمل اورژانس دیپتا

تاریخ مراجعه بعدی:

رژیم غذایی:

آدرس پزشک:

نمونه پاتولوژی:

تاریخ انجام پانسمان:



قزوین، خیابان فردوسی، بالاتر از چهارراه فردوسی، جنب مرکز دیالیز

تلفن: ۷۰-۳۳۳۶۵۱۶۰-۳۳۳۸۸ (خط ۳۰)

وب سایت: www.mehreganhospital.ir

پست الکترونیکی: mehreganhospital@IRAN.IR

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

۹- 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.

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

۱۱- 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:

۱- 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.

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

۳- در طول روز هر ۲ تا ۳ ساعت یک لیوان آب و قبل از خوابیدن و پس از بیدار شدن ۲ لیوان آب بنوشید. با هر وعده غذایی ۲ لیوان آب بنوشید.

۴- کاهش مصرف نمک و پرهیز از مصرف شکر زیاد
وسعی کنید از غذاهای کنسرو - فست فود - سوسیس - کالباس چینی و... اجتناب کنید.

رنال کولیک (در دکلیه) چیست؟

دستگاه ادراری شامل کلیه ها، حالب ها، مثانه، پیشابراه (مجرای ادراری) است. بیماری در دکلیه یکی از شایعترین اختلالات دستگاه ادراری است. سنگ های کلیه یک توده بلوری شکل و سخت و کاملاً شبیه به سنگ با کناره های تیز است که ممکن است در هر قسمتی از دستگاه ادراری یافت شود. اندازه آنها بسیار متفاوت است از اندازه ی یک دانه برنج یا شن تا بزرگی یک تخم مرغ دیده می شود.

تشکیل سنگ ۲ علت می تواند داشته باشد:

۱- کمبود آب بدن و کاهش مصرف مایعات که باعث کاهش دفع آب در ادرار و غلیظ شدن ادرار شده و اصلی ترین علت سنگ کلیه است.
۲- افزایش ترشح مواد معدنی به داخل ادرار بنابراین ابتدا یک رسوب کوچک ایجاد شده که تشکیل بلور را می دهد و سخت می شود و آرام آرام با رسوب بیشتر بر روی آن بزرگ و بزرگتر شده و به شکل سنگ در می آید.
عوامل دیگری که باعث ایجاد سنگ کلیه می شود عبارتند از:

کم بودن فعالیت جسمانی- سابقه سنگ کلیه در افراد خانواده- سابقه سنگ قبلی در خود فرد- کمبود کلسیم- مصرف زیاد پروتئین حیوانی- کمبود مصرف سبزیجات و فیبر- مصرف زیاد شکر- مصرف بیش از اندازه مکمل های دارویی و ویتامین ها مانند: قرص کلسیم- ویتامین ث- ویتامین د- کپسول های روغن ماهی مصرف برخی از داروها مانند: کورتون ها- هورمون های تیروئید- ضد اسیدهای معده- سابقه عفونت های مکرر ادراری- افراد دارای یک کلیه- کیست های کلیوی- شیمی درمانی- دیابت- چاقی شدید

انواع سنگ ادراری:

۱- کلسیمی ۲- اسیداوریکی ۳- شاخ گوزنی ۴- سیستینی

علائم شایع در این بیماری:

➤ **درد:** معمولاً ناگهانی و همراه با احساس فشار است. شدت آن ثابت نیست کم و زیاد می شود از ۲۰ دقیقه شروع می شود تا یک ساعت هم ادامه دار است.

➤ **خون ادراری:** کناره های تیز سنگ هنگام عبور از محل های تنگ دستگاه ادراری ایجاد خراش و خون ریزی می کند و ادرار به رنگ قرمز دیده می شود.

➤ **احساس ناراحتی و درد در هنگام ادرار**

➤ **نیاز به تخلیه ی مکرر ادرار** (سریع و فوری ادرار کردن)

➤ **تعریق**

تشخیص:

عکس ساده- عکس رنگی- سی تی اسکن- سونوگرافی

درمان:

در صورت درد شدید، تجویز مسکن توسط پزشک و دارویی ضد استفراغ که باید منتظر باشید تا سنگ دفع شود.
در مورد سنگ های بزرگتر از ۱ سانت که احتمال دفع آنها پایین است در مانهای تخصصی مانند سنگ شکنی نیاز دارند.

توصیه های پس از ترخیص:

۱- در صورت داشتن درد استفاده از داروهای ضد درد خوراکی (دیکلوفناک، استامینوفن، ناپروکسن)

توجه داشته باشید مصرف زیاد دیکلوفناک و یا برفن یا ناپروکسن باعث ناراحتی معده می شود و یا باعث تشدید آسم یا فشارخون می شود از مصرف آن پرهیز کنید

۲- در صورت تشدید درد استفاده از شیاف دیکلوفناک

(حداکثر ۳ عدد روزانه)

۳- در صورتیکه توسط پزشک برای شما دارویی شل کننده و گشاد کننده حالب تجویز شده حتماً طبق دستور استفاده نمایید.

۴- اگر برای شما سونوگرافی انجام شده حتماً جواب آن را تا زمان دفع سنگ نگه دارید و در مراجعات بعدی به پزشک همراه داشته باشید.

۵- مایعات زیاد مصرف کنید روزانه حداقل ۳-۲/۵ لیتر مایعات بنوشید. (بیش از نصف مقدار تعیین شده آب ساده باشد) میزان مصرف آب به اندازه ای باشد که حداقل ۲ لیتر ادرار در هر شبانه روز دفع کنید (در طول شب حداقل یک یا دو بار برای ادرار کردن بیدار شوید) و رنگ ادرار زرد روشن یا بی رنگ باشد.

۶- از مصرف نمک و شکر زیاد خودداری کنید.

۷- هیچ ماده غذایی را بدون دستور پزشک از رژیم غذایی خود حذف نکنید.