

سنگ کلیه يك قطعه جامد و شبیه به سنگ ریزه است که هنگامی که سطح بالای مواد معدنی در ادرار فرد وجود داشته باشد، میتواند در يك یا هردو کلیه ایجاد شود.

#### علائم:

سنگ های کلیه در اندازه و شکل های متفاوتی وجود دارند. آنها ممکن است به اندازه يك دانه شن و یا حتی به بزرگی يك توپ گلف باشند. سنگ کلیه ممکن است صاف یا تیز باشند. معمولاً زرد یا قهوه ای هستند.

برخی از علائم سنگ کلیه عبارتند از:

- درد شدید در هردو طرف پشت کمر
- درد مبهم و یا درد شکمی که از بین نمی رود.
- وجود خون در ادرار
- بروز حالت تهوع
- تب و لرز
- استفراغ
- بوی بد ادرار

#### رژیم غذایی در انواع سنگ کلیه:

##### ۱. سنگ های اگزالات کلسیم:

رژیم غذایی برای این نوع سنگ عبارت است از:

- کاهش سدیم
- محدود کردن پروتئین حیوانی
- دریافت کلسیم

##### ۲. سنگ های فسفات کلسیم:

رژیم غذایی برای این نوع سنگ مشابه سنگ های اگزالات کلسیم است و بیمار باید مصرف سدیم و پروتئین حیوانی را محدود کند.

##### ۳. سنگ های اسیداوریک:

- محدود کردن پروتئین حیوانی
- جایگزین کردن مصرف گوشت و پروتئین های حیوانی با پروتئین های گیاهی مانند لوبیا، عدس، بادام زمینی
- استفاده از غذاهای سویا مانند شیرسویا، کره ی سویا و توفو
- دانه های آفتابگردان

##### ۴. سنگ های سیستین:

نوشیدن مایعات فراوان مهمترین اقدام برای جلوگیری از تشکیل این نوع سنگ است.

#### تشخیص:


متخصصین مراقبت های بهداشتی از تاریخچه پزشکی، يك معاینه فیزیکی و آزمایشات برای تشخیص سنگ های کلیوی استفاده می کنند. آزمایشات همچنین ممکن است قادر به نشان دادن مشکلاتی باشند که سنگ کلیه را تشکیل می دهند.

#### عوارض:

عوارض سنگ کلیه بسیار ناچیز است با این حال اگر سنگ کلیه درمان نشود میتواند باعث مشکلات زیر گردد:

- هماچوری یا وجود خون در ادرار
- درد شدید
- عفونت کلیوی
- از دست دادن عملکرد کلیه

اغلب بیماران چندین بار در ادرار خونریزی می کنند. قطعات سنگی شکسته ممکن است باعث ناراحتی شوند زیرا از طریق دستگاه ادراری عبور می کنند. گاهی اوقات سنگ به طور کامل نابود نمی شود و ممکن است نیاز به درمان های دیگر باشد.

شماره سند: <b>96/EQ/108</b> شماره بازنگری: ۴ تاریخ بازنگری: ۰۳/۱۱/۲۰	<b>عنوان سند:</b> <b>پمفلت آموزشی ویژه بیماران</b>	
---	---	---

## سنگ کلیه



کلینیک آموزش سلامت

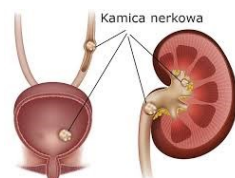
بیمارستان ۲۲ بهمن

۳۰۹- داخلی ۳۲۵۹۵۵۱۶

نوشیدن مایعات زیاد و همچنین تجویز داروهای ضد درد از جمله راهکارهای درمانی در بیماران دارای سنگ کلیه است.

سنگ های کلیه بزرگ و یا سنگ کلیه که دستگاه ادراری را مسدود می کنند و یا باعث درد شدید می شوند نیاز به درمان فوری دارند.

اگر فرد به طور مکرر دچار استفراغ می شود و نمیتواند مایعات را به صورت خوراکی دریافت کند، ممکن است نیاز به رفتن به بیمارستان و دریافت مایعات از طریق وریدی باشد.



منبع: medlineplus

**درمان:**

متخصصان مراقبت های بهداشتی معمولاً سنگ های کلیوی را براساس اندازه، محل و نوع آنها تحت درمان قرار می دهند.

یک سنگ کلیه کوچک ممکن است از طریق دستگاه ادراری خود به خود عبور کند و بیمار درد بسیار کمی داشته باشد و یا اصلاً دردی را احساس نکند. سنگ کلیه بزرگتر ممکن است در طول مسیر گیر کند. هنگامی که سنگ کلیه گیر می کند، می تواند جریان ادرار را متوقف کند و باعث تحریک و یا انسداد گردد و شروع به آسیب رساندن کند. در اغلب موارد استفاده از تسکین دهنده های درد ممکن است تنها درمان مورد نیاز برای سنگ های کوچک باشد.

سنگ های کلیه ممکن است بدون نیاز به درمان خاصی از طریق دستگاه ادراری دفع شود. پس از دفع سنگ، یک متخصص مراقبت های بهداشتی سنگ کلیه را به آزمایشگاه ارسال می کند تا نوع آن مشخص شود.