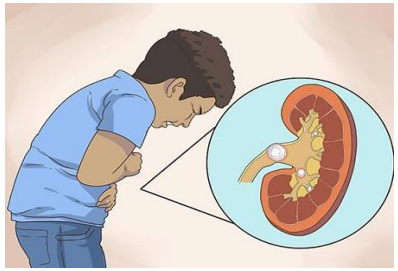
سنگ کلیه :

سنگها ذرات کوچک و سختی هستند که ممکن است در هر دوکلیه تشکیل شوند.
شایع ترین نوع آن ، سنگ های کلسیمی هستند .بعد از سنگ های کلسیمی، سنگهای عفونی، اسید اوریکی و سایر انواع سنگ ها شیوع دارند .ولی اکثر افرادی که گرفتار سنگ کلیه می شوند، در واقع گرفتار سنگهای کلسیمی هستند.



علایم شایع سنگ کلیه :

۱- دوره های درد شدید و پیچشی درناحیه پشت و در پایین دنده ها، که طی چند ساعت یا چند روز، ناحیه درد از مسیرحرکتی سنگ ازطرف حالب به سمت کشاله ران کشیده می شود و با دفع سنگ درد بیمار از بین میرود.
۲-تهوع مکرر
۳-دفع مقادیر اندک خون در ادرار یا وجود ادرار کدر و تیره

علل ایجاد سنگ کلیه :

۱-دفع مقادیر بیش از حد کلسیم از ادرار در اثر اختلال غده پاراتیرویید (که تنظیم متابولیسم کلسیم را به عهده دارد)

۲-مصرف بیش از حد کلسیم و ویتامین D

۳-نقرس (که در مورد سنگ های اسیداوریکی)
سیستینی می باشد، رژیم غذایی حاوی مواد قلیایی به قلیایی نگه داشتن مختصر ادرار کمک می کند

۴-انسداد ادراری به هر دلیل
۵-کاهش حجم ادار ناشی از بی آبی یا آب و هوای گرم و خشک

۶- رژیم غذایی نامتناسب (مصرف بیش از حدکلسیم)

۷- سابقه خانوادگی سنگ کلیه
۸-پرکاری پاراتیرویید

درمان سنگ کلیه :

اولین و مهمترین جزء درمان تغذیه ای این بیماران، مصرف فراوان آب است. به گونه ای که ادرار رقیق شده و سنگ دفع شود.(حجم ادرار دفع شده به ۲ لیتر یا بیشتر در روز برسد.)

۱-رژیم غذایی در افراد مبتلا به سنگ کلیه
اگر نوع سنگ کلیه کلسیمی یا فسفری باشد، بیمار می بایست از مصرف فرآورده های لبنی ، شکلات و نارگیل خودداری نماید.

۲-اگر نوع سنگ کلیه فسفاته باشد، رژیم غذایی حاوی اسید یا اسیدی نگه داشتن مختصر ادرار کمک می کند.

۳-اگر نوع سنگ کلیه، اسیداوریکی یا سیستینی باشد، رژیم غذایی حاوی مواد قلیایی به قلیایی نگه داشتن مختصر ادرار کمک می کند.

۴-در مورد همه انواع سنگهای کلیه،نوشیدن روزانه حداقل ۱۳ لیوان مایعات (و بیشتر از همه آب خالص) ضروری است.

۵-رژیم غذایی کم چربی و پرفیر نیز توصیه می شود.

درمان های مؤثر :

بیشتر سنگ های ریز، چند ساعت یا چند روز بعد از تشکیل از راه مجرای ادرار دفع می شوند.در مورد سنگ های بزرگتر، روش سنگ شکن از حدود ۳۰ سال پیش انجام می شود.
دراین روش غیر جراحی، به کمک امواج با انرژی بالا، سنگها به خرده های ریز تبدیل شده سپس این خرده ها از راه ادرار دفع می شوند. این شیوه در اکثر موارد برای سنگ های کوچکتر از ۲ سانتیمتر، مؤثر است.
سنگ های بزرگتر از ۲ سانتی متر باید به کمک عمل جراحی خارج شوند. داروهای مسکن، برطرف کننده اسپاسم وضدالتهاب طبق دستور پزشک در موارد قولنج کلیه تجویز می شوند..

بیمارستان شهید محمد منتظری

سنگ های کلیوی چیست؟

تاریخ تدوین : ۱۳۹۸/۰۹/۲۰
تاریخ بازنگری:۱۴۰۴/۰۹/۱۰
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۱۰
کد:MH.BR.PE.GEN.۲۳۶
واحد آموزش به بیمار