



موسسه خدمات درمانی میلاد سلامت البرز  
بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی البرز

## پمفلت آموزشی سنگ های ادراری



منبع: سایت آوای سلامت

کد مدرک:

تدوین: واحد ارتقاء سلامت  
مزگان حاجی علی عسگر  
فروردین ۱۴۰۱



## توصیه ها:

- کاهش مصرف نمک
- کاهش مصرف گوشت قرمز
- در استفاده از سبزیجات و غذاهای گیاهی افراط نگردد.
- مصرف لبنیات مشکلی ندارد اما افراط نشود.
- بیمارانی که دچار سنگ کلیه شده اند به طور معمول هر ۲-۳ سال یکبار دچار سنگ کلیه می شوند ، به همین علت انجام سونوگرافی چند سال یک بار توصیه می شود.



## درمان و توصیه های خود مراقبتی

تنظیم رژیم غذایی: به بیمار توصیه می شود روزانه بیش از ۳ لیتر مایعات استفاده نماید تا میزان ادرار حداقل ۲ لیتر در روز باشد، از این مقدار مایعات بیشتر در طول شب مصرف گردد، زیرا بیشترین غلظت ادرار در شب اتفاق می افتد.

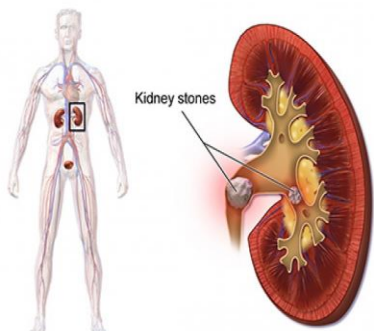
اقدامات تهاجمی: استنت گذاری در حالب -

سنگ شکن - عمل جراحی

درمان در طول حاملگی با توجه به علائم و سن حاملگی صورت می گیرد.

در ۶۵ درصد تا ۸۰ درصد زنان علامت دار، درمان انتظاری و حمایتی باعث رفع خود به خود سنگ می شود.

سنگ شکن با امواج شوکی خارج بدنی در حاملگی ممنوع است اما سنگ شکن لیزری مانعی ندارد.



Kidney Stones

در مردان بروز سنگ بیشتر است. اما وقوع سنگ در زن و مرد مساوی است.



## علائم بالینی:

درد سرکش - تهوع - استفراغ - تب - انسداد - عفونت - ادرار خونی - تکرر ادرار - اضطراب برای ادرار کردن - در خانم های باردار به علت گشاد شدن مجاری ادراری علائم بالینی کمتری در اثر دفع سنگ دیده می شود.

## روش های تشخیصی:

آزمایش ادرار - سونوگرافی - CT اسکن MRI - در خانم های باردار از سونوگرافی و MRI استفاده می شود.

## سنگ های ادراری



ابتلا به سنگ را نفرولیتیاژ می گویند.

## علت:

مصرف زیاد نمک، مصرف زیاد پروتئین حیوانی (گوشت، لبنیات، تخم مرغ)، کم تحرکی، کم شدن حجم ادرار و کاهش مصرف مایعات

## انواع سنگ کلیه:

سنگ های کلیه ۴ نوع دارند:

- ۱- کلسیم اگزالات / فسفات (شایعترین ۸۵ درصد)
- ۲- منیزیم - آمونیوم - فسفات (۱۰-۱۵ درصد)
- ۳- اسید اوریک (۱۰-۱۵ درصد)
- ۴- سیستین (۱ درصد)