تسکین دهند . در صورت نیاز ممکن است پزشک معالج تصمیم به تجویز داروهای ضد درد قوی تری بگیرد .

**نوشیدن آب فراوان:**در ساعات بیداری هر ساعت یک لیوان آب بنوشید ،چرا که شما نیازمند نوشیدن مقادیری بیش از حد معمول 8تا10لیوان آب در روز هستید. اما اگر به بیماری های کلیوی ،قلبی ،یا کبدی مبتلا هستید یا اگر به هر دلیل دیگری با محدودیت مصرف آب مواجهید ،قبل از افزایش مصرف مایعات با پزشکتان مشورت کنید .

از مصرف نوشابه های گاز دار وآب برخی میوه ها (به ویژه گریپ فروت )وغذاهای حاوی اگزالات فراوان پرهیز نمایید .

**جمع آوری سنگ وادرار:**ممکن است پزشک معالجتان بخواهد برای آزمایش سنگ های دفعی وتعیین نوع وترکیب آنها به جمع آوری سنگ اقدام کند .شما می توانید با استفاده ازیک صافی ،سنگ ها وحتی شن های دفع شده از کلیه را جمع آوری کنید .

راه دیگرش ،جمع آوری ادرار در یک ظرف وجمع آوری سنگ ها از داخل آن است . بهتر است برای گرفتن سنگ ها تا 3 روز از زمان پایان درد به این کار ادامه دهید .

اغلب اوقات برای دفع سنگ به چیزی بیشتر از اقدامات درمانی در منزل نیاز نخواهد بود این اقدامات شامل نوشیدن مقادیر فراوان آب ،مصرف داوهای مسکن وحتی الامکان گرفتن سنگ دفع شده وجمع آوری ادرار 24 ساعته برای بررسی سنگ از نظر نوع ،ترکیب وعلل زمینه ای تشکیل سنگ است .

اما گاهی اوقات ،این اقدامات درمانی جواب نمی دهد ومراجعه به پزشک ضرورت پیدامی کند در این مواقع ،اگرپزشک معالج به امکان دفع خود به خودی سنگ اعتقاد داشته وتحمل درد هم برای بیمار امکان پذیر باشد .باز هم همان اقدامات درمانی خانگی پیشنهاد می شود اما اگر درد خیلی شدید باشد ،احتمالا سنگ ،مجرای ادراری بیمار را مسدود کرده یا این که سنگ با یک عفونت ادراری همزمان شده است . در چنین شرایطی احتمالاپزشک گزینه های طبی را برای حل مشکل توصیه می کند .

این گزینه ها عبارتند از

**ضد درد** :

استفاده از داروهای ضد درد که نیاز به نسخه پزشک ندارد ،مانند : داروهای ضد التهابی غیر استروییدی نظیر ایبوپروفن ودیکلوفناک که ممکن است درد را



 **سنگ کلیه**

**تاریخ تدوین: 1/7/1402**

**تاریخ بازنگری: 1/7/1403**

**واحداموزش به بیمار**

**کد: BNI11**



گاهی ممکن است بیمار ،نیازمند استفاده از لوله های توخالی کوچکی (موسوم به استنت حالب )باشد که در حالب جا گذاری می شود وآن را برای عبور از ادرار وخرده های سنگ باز نگه می دارند .این کار اغلب برای درمان سنگ هایی به کار می رود که از کلیه ها وارد حالب شده اند .

**جراحی باز :**جراح در این روش ،برشی را در پهلو ی بیمار ایجاد می کند واز این طریق با دسترسی به کلیه ها اقدام به خارج ساختن سنگ یا سنگ ها می نماید .این روش ،آخرین گزینه برای درمان سنگ ها است ودر موارد معدودی مورد استفاده قرار می گیرد .

شاید بتوان گفت که این روش جزءعمومی ترین روش ها ی درمانی طبی سنگ کلیه است . استفاده از این روش در مواردی که سنگ کلیه خیلی بزرگ باشد ،کارگشا نخواهد بود .

**خارج کردن یا خرد کردن سنگ از طریق پوست :** اگر سنگ شکن کارساز نباشد یا سنگ خیلی بزرگ باشد ،از این روش استفاده می شود .در این روش ،لوله نازکی به نام نفروسکوپ از طریق برش کوچکی که در ناحیه پشت بیمار ایجاد شده وارد کلیه می شود .سپس با استفاده از آن سنگ را خارج (لیتوتومی )یا آن را خرد می کنند وسپس خارج می سازند (لیتوتریپسی )

**یوتروسکوپی:**جراح در این روش ،لوله تلسکوپ نازکی را به نام یوتروسکوپ از طریق مجرای ادراری به محل استقرار سنگ هدایت می کند و می کوشد تا با بهره گیری ازاین ابزار دقیق ،سنگ را به طور کامل خارج سازد یا برای راحتی کار ،ابتدا آن را با استفاده ا زامواج فراصوت ،لیزر تکنیک الکتروهیدرولیک بشکند وسپس خارج کند .

**درمان بیماران رئال کولیکی که مقاوم به درمانهای سرپائی هستند .**

در این حالت که احتمالا به علت انسداد مجرای ادرار بر اثر سنگ یا به علت همراهی سنگ با عفونت ادراری روی داده است ،گزینه های زیر پیش رو خواهید بود .

**سنگ شکن** :سنگ شکن از امواج صوتی استفاده می کند که به راحتی از بافت های بدن می گذرد ودارای قدرت کافی برای شکستن سنگ کلیه است در این روش ، سنگ ها به قطعات ریز شکسته وهمراه با ادرار از مجاری ادراری دفع می شوند . این امواج بی خطرند وبیمار ،آنها را حس نمی کند .اما از آنجا که تولید هرموج با صدای بلندی همراه است ،برای محافظت از گوش های بیمار از گوشی استفاده می شود .از عوارض این روش میتوان به وجود خون در ادرار ،کبودی پشت وشکم واحساس ناراحتی درزمان عبور سنگ های شکسته شده از مجاری ادراری اشاره کرد . علاوه بر آن ممکن است سنگ ها در مرحله اول به طور کامل خرد نشوند که در این صورت ،بایدمجددا از دستگاه سنگ شکن یا از سایر روش های خارج کردن سنگ که توضیح داده خواهد شد ،استفاده کرد .