

سنگ‌های کلیه

در چه زمانی باید به پزشک مراجعه نمود ؟



اگر تاکنون سنگ کلیه داشته اید، می فهمید که درد آن چقدر شدید است. بسیاری از سنگهای کلیه بدون کمک پزشک از بدن دفع می شوند. ولی گاهی سنگ دفع نمی شود و یا حتی ممکن است بزرگتر شود که در این هنگام پزشک می تواند به شما کمک کند. هر گاه دچار حالت هایی نظیر درد بسیار شدید در پشت و پهلوها شدید که بهبود نمی یابد، وجود خون در ادرار و احساس سوزش حین ادرار کردن بودید حتماً به پزشک مراجعه نمایید. این علائم می تواند ناشی از سنگ کلیه باشد که نیاز به مراجعه به پزشک دارد.

سنگ کلیه چیست ؟

سنگ کلیه ، قطعه ای از مواد جامد است که در داخل کلیه ها سوای از مواد درون ادرار تشکیل می شود. سنگهای بزرگ ممکن است در حالب ، مثانه، یا پیشابراه گیر کنند. همین عامل می تواند سبب انسداد و جلوگیری از خروج ادرار شود.

آیا تمام سنگ‌های کلیوی شبیه هم هستند ؟

خیر بطور کلی ۴ نوع مختلف از سنگهای کلیوی وجود دارند.

- شایعترین فرم آنها حاوی کلسیم می باشد. در بسیاری از افراد کلیه ها قادر به شستن کلسیم اضافی در ادرار هستند اما در بعضی دیگر کلسیم در داخل کلیه ها رسوب می کند. سپس این کلسیم همراه با سایر ترکیبات مخلوط شده و سنگ ها را ایجاد می کند.

- سنگهای استروویتی که ثانویه به بعضی عفونتهای ادراری ایجاد می شوند. این سنگها حاوی منیزیم و آمونیاک می باشند.

- سنگهای اسید اوریکی که بخصوص زمانیکه ادرار خیلی اسیدی است ایجاد می شوند. در صورت وجود این سنگها مصرف گوشت در فرد باید محدود شود.

- سنگهای سیستیین که بسیار نادر می باشد. سیستیین بطور عمده در عضلات و بعضی قسمتهای دیگر بطور طبیعی تولید می شود. این مولکول نیز می تواند در ادرار تجمع یافته و منجر به تشکیل سنگ شود.

بیماری که منجر به بروز سنگهای سیستیین می شود، بیشتر بصورت فامیلی می باشد.

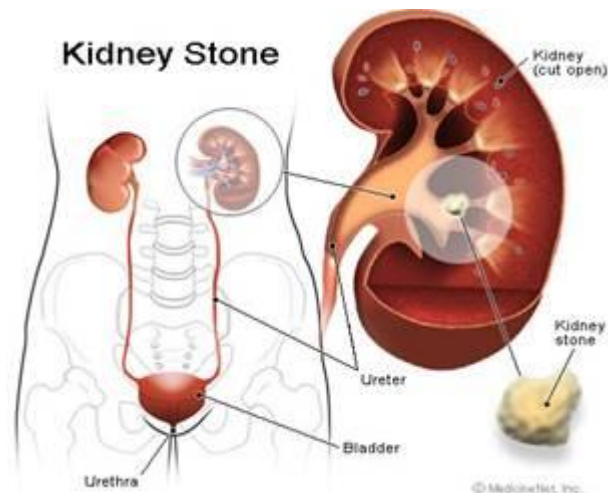
سنگ‌های کلیه چه شکلی هستند؟

سنگهای کلیه می توانند بسیار کوچک به اندازه یک شن باشند یا اینکه بزرگ بوده و به اندازه یک مروارید باشند.

گاهی نیز به حدی بزرگ می شوند که به اندازه توپ پینگ پنگ خواهند شد. سنگها می توانند صاف یا ناصاف باشند و معمولاً به رنگ زرد یا قهوه ای هستند.

پزشک در ارتباط با مشکلات سنگ چه اقداماتی می تواند انجام دهد؟

اگر سنگی وجود داشته باشد که به خودی خود دفع نمی شود. پزشک به تدریج اقداماتی انجام خواهد داد تا سنگ بالاخره دفع شود. در گذشته تنها راه خلاصی از سنگها انجام جراحی بود. اما امروزه روشهایی وجود دارد که می توان بدون انجام جراحی آنها را دفع نمود که شامل استفاده از امواج پر انرژی از طریق پوست جهت شکستن سنگ می باشد (سنگ شکنی) و روشهای جراحی خاصی که کمترین عارضه جانبی را در پی خواهد داشت.



پزشک چگونه می تواند به ماهیت و نوع سنگ پی ببرد؟

بهترین راه برای یافتن نوع سنگ، آزمایش خود سنگ می باشد. اگر احساس می کنید که دارید سنگ دفع می کنید، بعد از دفع حتماً سنگ خود را نگه دارید. بعلاوه با آزمایش ادرار یا خون نیز می توان به ماهیت سنگ پی برد. جهت آزمایش ادرار باید ادرار ۲۴ ساعته جمع آوری شود.

جهت یافتن نوع سنگ، فرد به چه چیزهایی نیاز دارد؟

روش درمانی که پزشک جهت درمان سنگ به کار می برد به نوع سنگ بستگی دارد. بعنوان مثال داروهایی که جهت درمان سنگهای کلسیمی مورد استفاده قرار می گیرند بر روی سنگهای استروئیدی اثری ندارد. رژیم غذایی که جهت درمان سنگهای اسید اوریک استفاده می شود نیز بر روی سنگهای کلسیمی اثری ندارد. بنابراین جهت درمان سنگ، آنالیز و آزمایش دقیق سنگ باید انجام شود.

جهت جلوگیری از بروز سنگ چه اقداماتی می توان انجام داد؟

تا آنجا که ممکن است مایعات مصرف کنید. سعی کنید روزانه ۱۲ لیوان آب بنوشید. نوشیدن زیاد مایعات به شستن مواد موجود در ادرار و جلوگیری از رسوب آنها کمک می کند. بعلاوه می توان از آب لیمو یا آب میوه نیز استفاده نمود. اما آب از همه بهتر است. سعی کنید مصرف چای و قهوه خود را لاقلاً تا ۲ فنجان در روز کاهش دهید زیرا کافئین به تشکیل سنگ کمک می کند. ممکن است به شما توصیه شود که از غذاهای خاصی بیشتر استفاده نمایید و یکسری غذاهای دیگر را کمتر مصرف نمایید. بعنوان مثال در صورت سنگ اسید اوریک فرد باید کمتر گوشت مصرف کند زیرا گوشت در بدن تبدیل به اسید اوریک می شود.

گاهی نیز می توان جهت جلوگیری از تشکیل سنگهای اسید اوریکی یا کلسیمی از دارو استفاده نمود.
نکاتی که باید به یاد داشته باشید :

- بسیاری از سنگها بدون کمک پزشک از بدن دفع می شوند.
- در صورت وجود درد شدید در پشت یا پهلوها و در صورت ادامه دار شدن این درد به پزشک مراجعه کنید .
- در صورت وجود خون در ادرار نیز به پزشک مراجعه کنید.
- جهت جلوگیری از تشکیل سنگ تا حد ممکن آب بنوشید.
- بعد از دفع سنگ، جهت نشان دادن آن به دکتر آن را نگه دارید و از پزشک در مورد نحوه پیشگیری از بروز سنگ سؤال کنید.

bbums.ac.ir