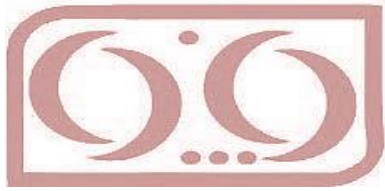


## پیشگیری سنگ کلیه:

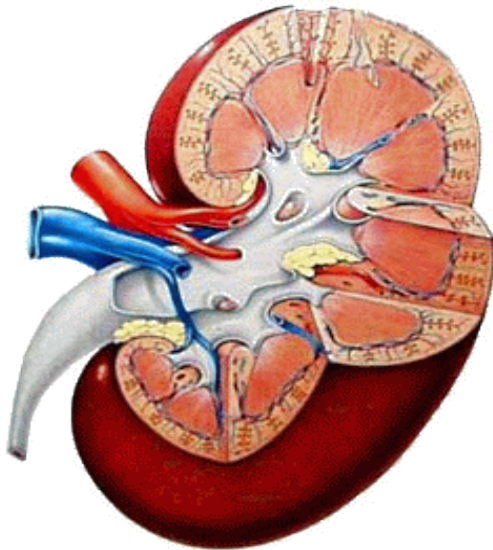
1. عادات غذایی و بیماری خاصی فرد را مستعد بروز سنگ کلیه خواهد کرد.
2. افرادی که مایعات کم می نوشند، ادارار غلیظ تر و احتمال بروز سنگ بیشتری خواهند داشت که بهتر است مصرف مایعات در روز آنقدر کافی باشد که حداقل ۲ لیتر ادارار در شبانه روز دفع شود.
3. محدودیت مصرف کلسیم در رژیم غذایی (لبنیات) با افزایش بروز سنگ همراه است. البته باید در نظر داشت که مصرف کلسیم و مکمل های آن و ویتامین D بیش از حد مورد نیاز با افزایش دفع ادارار کلسیم و افزایش سنگ همراه خواهد بود لذا بیمارانی که سابقه سنگ کلیه دارند باید در مورد مصرف کلسیم و مکمل های آن با پزشک خود مشورت کنند.
4. افزایش فیتات در رژیم غذایی ریسک تشکیل سنگ را کاهش می دهد. فیتات در گندم، جو و برنج وجود دارد، ماء الشعیر دارای فیتات بالایی می باشد.
5. رژیم غذایی حاوی ساکاروز زیاد (شکر و شیرینی جات) خصوصا در خانم ها با افزایش بروز سنگ همراه است.
6. ویتامین C بیش از ۱۰۰۰mgr در روز نیز موجب بروز سنگ می شود.
7. مصرف نمک زیاد به علت افزایش دفع کلسیم ادارار با افزایش بروز سنگ همراه است.
8. برخی بیماریها مثل نارسائی پانکراس (دیابت)، جراحی قبلی روده، بیماری کرون، سارکوئیدوز، هیپروپاراتیروئیدی و گاهی دیابت باعث افزایش سنگ های کلسیمی می شود. نقرس، عفونت های مزمن ادارار و ناهنجاری های سیستم دفعی نیز با افزایش سنگ همراهند.

**دانستن قدرت است بنابراین  
یاد بگیرید و زندگی کنید.**



**بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی**

## آپادانا



## سنگ کلیه

تهیه کنندگان:

**واحد تصویر برداری**

**دفتر بهبود کیفیت**



## سنگ کلیه چیست و چگونه ایجاد می شود:

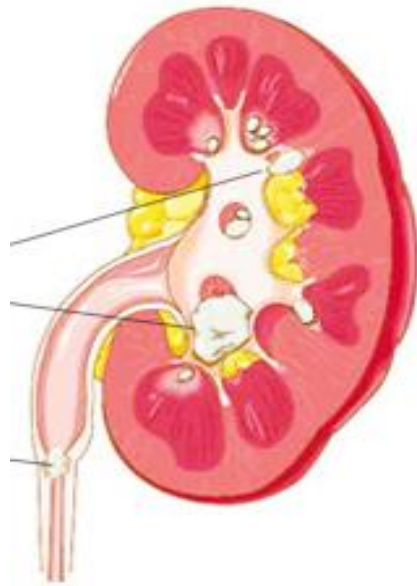
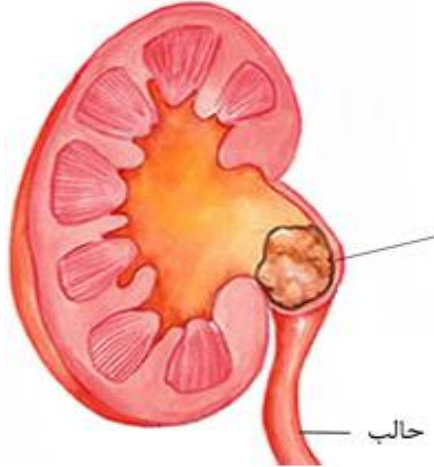
کلیه ها عمل تصفیه خون را با خارج کردن مقدار اضافی سدیم (نمک) و دیگر مواد زاید و محلول در آب انجام می دهند. اشباع و غلیظ شدن ادرار باعث ته نشینی و رسوب ترکیبات آن در کلیه ها و سایر قسمت های مجاری ادراری می شود و در نتیجه سنگ کلیه یا سنگ مجاری ادراری به وجود می آید که قابل حل در ادرار نیست. اجزای غیر قابل حل با هم جمع می شوند و تبدیل به سنگ سختی می شوند. اسیدی یا قلیایی بودن ادرار نیز می تواند باعث تشکیل سنگ شود. سنگ کلیه غالبا در کلیه ها به وجود می آید اما می تواند در هر جای دیگری که مربوط به ادرار باشد تشکیل شود مثلا در مثانه، درلوله های جمع کننده ادرار که به مثانه متصل هستند. سنگ های کلیه توده های معدنی سختی هستند که در کلیه ها تشکیل شده و ممکن است در کلیه، مثانه، حالب و پیشابراه دیده شود.

## علائم سنگ کلیه:

بیمار با درد پهلو و خونی شدن ادرار و عفونت های مکرر ادراری باید به سنگ کلیه مشکوک باشد این امر به خصوص اگر سابقه خانوادگی سنگ کلیه داشته باشد باید بیشتر مد نظر قرار بگیرد. درمان سنگ های ادراری بستگی زیادی به اندازه سنگ و محل آن دارد مثلا سنگ های ریز در حدود 5mm گویا کمتر در داخل کلیه نیاز به درمانی به غیر از اصلاح رژیم غذایی و مصرف مایعات ندارد ولی سنگی در همین اندازه در حالب ممکن است نیاز به سنگ شکن داشته باشد.

## بطور کلی روش های درمانی سنگ کلیه شامل:

1. درمان دارویی
2. سنگ شکنی برون اندامی (ESWL)
3. سنگ شکنی درون اندامی (TUL)
4. خارج کردن سنگ از راه پوست (PCNL)



## علت مراجعه به رادیولوژی:

وقتی با درد ناحیه پهلو به پزشک متخصص کلیه و مجاری ادرار مراجعه می نمائید با توجه به علائم، پزشک درخواست سونوگرافی، عکس کلیه (KUB) می نماید.

شما باید جهت گرافی KUB به رادیولوژی مراجعه نمائید، پرتونگار در صورت نیاز، آمادگی روده ای به شما می دهد و باید در وقت تعیین شده جهت انجام رادیو گرافی به بخش رادیولوژی مراجعه کنید و در صورتی که پزشک قید کرده باشد که آمادگی لازم نیست، پرتونگار پس از پذیرش شما را به اتاق رادیو گرافی راهنمایی می کند.

برای انجام رادیوگرافی باید زیپ شلوار، دکمه فلزی و کلیه وسایل فلزی ناحیه شکم را خارج کرده و گان یکبار مصرف بپوشید و بر روی تخت رادیو گرافی دراز بکشید سپس پرتونگار شما را در وضعیت درست قرار می دهد و پس از حبس تنفس اکسیژن انجام میشود و رادیوگرافی به پایان می رسد. پس از اتمام گرافی به مدت 10 دقیقه در سالن انتظار منتظر می مانید تا نتیجه رادیوگرافی به شما تحویل داده می شود.

