

## مبتلایان سنگ کلیه از مصرف مسکن پرهیز کنند

یک متخصص طب سنتی عنوان کرد: مبتلایان به التهابات کلیوی و سنگ کلیه از مصرف زیاد کافئین و همچنین از مصرف مسکن خودداری کنند زیرا قرصهای مسکن سنگها را سفت کرده و دفع آن را با مشکل مواجه می‌کند.

یک متخصص طب سنتی عنوان کرد: مبتلایان به التهابات کلیوی و سنگ کلیه از مصرف زیاد کافئین و همچنین از مصرف مسکن خودداری کنند زیرا قرصهای مسکن سنگها را سفت کرده و دفع آن را با مشکل مواجه می‌کند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از مهر، دکتر سمانه سادات اکبری در خصوص بیماری های کلیوی گفت: علت هایی که سبب ایجاد سنگ کلیه می شود در خانم ها و آقایان متفاوت است. افرادی که غلظت خون دارد در صورت عدم درمان با مشکلات کلیوی مواجه می شوند.

وی افزود: غلظت خون باعث می شود خون در بدن بلوکه شود و این مسئله سبب می‌شود پروسه و دفع سنگ کلیه در ادرار به خوبی انجام نشده و در نتیجه سم موجود در آن به بدن بازگردد.

اکبری ادامه داد: افرادی که مشکلات کبدی مانند کبدچرب دارند نیز دچار بیماری و سنگ کلیه خواهند شد زیرا کبد و کلیه با یکدیگر ارتباط مستقیم دارند. همچنین بیماران دیابتی نیز در معرض خطر ابتلا مشکلات کلیوی خواهند شد.

این متخصص طب سنتی درخصوص چگونگی درمان مشکلات کلیوی اظهار کرد: استفاده از غذاهای ادرار آور، پرهیز از غذاهای چرب، قطع کردن مصرف ادویه و چاق و همچنین مصرف زیاد غذاهایی نظیر آش و سوپ به بهبود وضعیت کلیه کمک می‌کند.

همچنین تصریح کرد: عرق خارشتر یکی از گیاهانی است که در درمان بیماریهای کلیوی از جمله سنگ کلیه بسیار موثر است که می‌تواند با مصرف روزانه ۲ بار مصرف کنند.

اکبری افزود: افرادی که به سنگ کلیه مبتلا می شوند کسانی هستند که مطمئنا مصرف آب پایینی دارند همچنین مصرف کافئین بالایی دارند یعنی قهوه یا چای پررنگ زیاد مصرف می کنند.

این متخصص طب سنتی با اشاره به انواع سنگ های کلیه گفت: ما چند نمونه سنگ کلیه داریم، سنگ های کلسیمی و سنگ های اگزالات از جمله ی آنها هستند که هر کدام روند درمانی متفاوتی دارند.

وی ادامه داد: برای درمان سنگهای کلسیمی فرد می بایست مصرف شیر، ماست و سایر لبنیات را کاهش دهد. برای درمان سنگ و شاخه ای یا اگزالات نیز فرد می بایست مایعات را به صورتی زمان های تایین شده مصرف کنند.

اکبری توصیه کرد: بیماران که مبتلا به سنگ و شاخه ای یا اگزالات هستند مصرف آب را به روزانه ۱۲ لیوان افزایش دهند.

همچنین تصریح کرد: همه بیماران مبتلا به سنگ کلیه که افزایش وزن دارند؛ حتما باید وزن خود را کاهش دهند و همچنین بیماران که مشکل اضافه وزن ندارند حتما پیاده روی را در برنامه روزانه خود بگنجانند.

این متخصص طب سنتی در آخر یادآور شد: به مبتلایان سنگ کلیه توصیه می‌کنم حتی الامکان از مصرف داروهای مسکن خودداری کنند، زیرا این داروها باعث سفت شدن سنگ کلیه می شود و دفع آن را با مشکل مواجه می کند.