

علائم و نشانه های سنگ کلیه

تحمل سنگ کلیه بسیار دردناک و تشخیص آن توسط خود فرد بسیار دشوار است مگر اینکه بدانید چه علائمی دارد. در زیر به برخی از مهمترین علائم و نشانه های مشکلات سنگ کلیه اشاره می کنیم.



سلامت نیوز: تحمل سنگ کلیه بسیار دردناک و تشخیص آن توسط خود فرد بسیار دشوار است مگر اینکه بدانید چه علائمی دارد. در زیر به برخی از مهمترین علائم و نشانه های مشکلات سنگ کلیه اشاره می کنیم.

هرکسی که تابحال دچار سنگ کلیه شده باشد، می داند که چقدر این مشکل دردناک است. درواقع، درد آن تقریباً شبیه به وضع حمل است. سنگ کلیه دردی دارد که شما را به زانو درمی آورد، تاحدی که حتی نمی توانید خود را به بیمارستان برسانید. با اینکه برخی از مُسکِن ها می توانند به طور موقت درد آن را التیام بخشند، اما فرد مبتلا به سنگ کلیه باید برای درمان دائمی، روزهایی را با درمان مایعات و احتمالاً مداخله جراحی سر کند. نیاز به ایجاد تغییر دائمی در رژیم غذایی و سبک زندگی است و ممکن است مشکل تا پایان عمر فرد چندین مرتبه بازگشت داشته باشد. پیشگیری بهترین راهکار برای مقابله با سنگ کلیه است اما ژنتیک و جنسیت معمولاً نقش بسیار مهمی در ایجاد سنگ کلیه دارند.

معرفی علائم و نشانه های سنگ کلیه چندان قطعی نیست زیرا ممکن است دچار ترکیبی از برخی علائم اصلی آن شوید. برخی از افرادی که دچار سنگ کلیه شده اند، روزها در کمر خود احساس دردی گند و نامعین می کنند و این درد برای برخی دیگر ممکن است شدید و بسیار تند و تیز باشد. این نشانه ها و علائم هشدار راهی برای افراد عادی است تا بتوانند سنگ کلیه را در خود تشخیص دهند و هیچوقت نمی تواند جایگزین تشخیص قطعی دکتر باشد. اگر دچار دردی بی امان و سخت شدید، فوراً به پزشک مراجعه کنید. نباید صبر کنید تا حمله اصلی شروع شود یک آزمایش ادرار ساده می تواند خیلی زود مشکل سنگ کلیه را تشخیص دهد.

در زیر به برخی از مهمترین نشانه ها و علائم حمله سنگ کلیه اشاره می کنیم:

1. سابقه پزشکی و جنسیت. با اینکه خانم ها هم به همان میزان آقایان ممکن است دچار سنگ کلیه شوند اما تعداد مردانی که دچار سنگ کلیه می شوند بیشتر است. برخی محققان باور دارند که سابقه خانوادگی مشکلات کلیوی می تواند به طرز قابل توجهی احتمال ایجاد آن در شما را نیز افزایش دهد. هرگونه سابقه خانوادگی که نشان دهنده سنگ کلیه باشد را در خود بررسی کنید. پیشگیری همیشه بهتر از درمان است. اگر می دانید که سنگ کلیه در خانواده تان موروثی است، حتماً از اقدامات پیشگیرنده مناسب، مثل افزایش مصرف مایعات بدون شکر و کافئین و خودداری از مصرف بیش از حد لبنیات مخصوصاً در شب، بهره بگیرید. هیچوقت عمداً بدنتان را به مرز بی آبی یا کم آب شدن نکشانید که ممکن است در اثر ساعات طولانی کار فیزیکی یا صرف زمان زیاد در گرما ایجاد شود. همیشه حین اضافه کار، یک بطری اضافه آب همراه خود داشته باشید. افرادی که در معرض حمله سنگ کلیه هستند، هیچگاه نباید از دو چیز دور بمانند: یکی ذخیره خوب آب و دستشویی. نگه داشتن ادرار به مدت طولانی در طولانی مدت برای تان ایجاد مشکل می کند.

2. درد گند و شبیه به دندان درد که از ناحیه کمر و لگن آغاز می شود. این می تواند اولین نشانه وجود مشکل در شما باشد.

سطح درد می تواند مداوم یا متناوب باشد و گاهی بیاید و برود. به ندرت پیش می آید که به طور کل از بین برود. ممکن است تصور کنید که با مصرف یک یا دو داروی مسکن دردتان از بین می رود. بعد از چند ساعت یا حتی چند روز، شدت درد بیشتر شده و محل آن نیز مشخص تر می شود. برخی مبتلایان در ناحیه کلیه خود احساس فشار مشخصی می کنند، گویی ادرارشان می خواهد از مانعی بگذرد. با اینکه این درد قابل تحمل است اما هیچوقت نباید آن را چک نکنید.

3. تب، بی حوصلگی و درد. درکنار این درد گند در کمر، مبتلایان بسیاری دچار یک حس خستگی و بی حوصلگی می شوند. حتی ممکن است تب و لرز هم بکنید. فرایند فکری شما تارتر شده و سطح انرژی تان شدیداً پایین می آید. ممکن است واقعاً تب داشته باشید یا نداشته باشید اما باز هم دچار حالت تهوعی می شوید که معمولاً با سرماخوردگی و معده درد همراه است. راه رفتن برای تان سخت تر و

سخت‌تر می‌شود و این درد انجام کارهای روزمره را برایتان غیرممکن می‌سازد. برای بالا بردن دستانتان به بالای سر یا بلند شدن از حالت خمیده، مشکل خواهید داشت.

4. نشانه‌هایی از خون در ادرار. در طول این مدت باید ادرارتان را بررسی کنید. ممکن است اثری از خون در ادرارتان بیابید یا خود ادرار ممکن است رنگی غیرعادی پیدا کند.

اگر رنگ ادرارتان نارنجی پررنگ شده بود، احتمالاً آب بدنتان را از دست داده‌اید. وجود خون در ادرار نشانه هشدار است. تیره بودن رنگ ادرار همراه با درد تیز و شدید در ناحیه کلیه می‌تواند پرچم قرمزی برایتان باشد که به پزشک مراجعه کنید. درمورد علائم خفیف‌تر، باید به طور قابل‌ملاحظه‌ای مصرف آب خود را افزایش دهید. اگر این موجب کمتر شدن علائم خفیف نشد و هنوز ترشحات غیرعادی ادرار داشتید، به پزشک مراجعه کنید.

5. دردهای تیز و سوزن‌سوزن‌کننده در یک طرف کمر. اگر یک‌دفعه احساس درد شدیدی به شما دست داد انگار که شکمتان را از داخل بریده و باز کرده باشند، احتمالاً دچار حمله سنگ کلیه شده‌اید. درد شما در این مقطع دوبرابر می‌شود و نیاز به مراجعه فوری به پزشک دارید. این دردناک‌ترین قسمت بیماری است و حتی از بیرون آمدن خود سنگ هم دردناک‌تر است. اگر در مطب دکتر یا اورژانس بیمارستان نشسته‌اید، بلافاصله تقاضای ویزیت پزشک را بکنید. بدون داروهای مسکن، دچار دردی شدید و مداوم از جانب کمرتان خواهی شد که به سمت شکمتان کشیده می‌شود. بسیاری از مبتلایان با قرار گرفتن در حالت‌های بسیار خاص احساس راحتی بیشتری می‌کنند و برای برخی نیز خوابیدن روی زمین یا نشستن سروته روی صندلی کمی آرامش‌بخش است. اما وقتی مسکن را دریافت کنید، علائم قابل‌تحمل‌تر خواهند شد.

از روند درمان چه انتظاری باید داشته باشید؟ اولین روز شما در بیمارستان با آزمایشات و تست‌های ادرار و سونوگرافی می‌گذرد. تست ادرار وجود خون را در ادرار تایید کرده و نشان‌دهنده انسداد احتمالی کلیه خواهد بود. سونوگرافی محل سنگ و سایز نسبی آنها را نشان می‌دهد. برای ثابت نگه داشتن سطح آب بدن، احتمالاً تزریق سرم انجام می‌گیرد و رژیم‌ غذایی نیز به مواد غذایی غیر از لبنیات و مایعات بدون کافئین محدود خواهد شد. بعد از گذشت یک تا دو روز استراحت، پزشک برحسب نتایج آزمایشات اقدامات مختلفی را تجویز می‌کند. بسیاری از سنگ‌های کلیه بعد از چند روز افزایش مایعات مصرفی به طور طبیعی دفع می‌شوند. بیمار معمولاً بعد از بیرون آمدن سنگ احساس راحتی خواهد کرد و سایز سنگ معمولاً به اندازه تخم گوجه‌فرنگی است. اما خیلی از بیماران هم به این خوش‌شانسی نیستند. برای این افراد پزشک استفاده از ابزار سنگ‌شکن که سنگ را به قطعات کوچک‌تر و قابل دفع می‌شکند، تجویز می‌کند. آخرین راه درمان جراحی است که از کاتتر بر روی مجرای خروجی مثانه استفاده می‌شود و یک ابزار قلاب شکل سنگ را گرفته و بیرون می‌کشد. ندرتاً نیاز به جراحی باز می‌شود که از طریق آن سنگ از یک برش کوچک بیرون کشیده می‌شود.

اگر همه چیز خوب پیش رود، باید بعد از یک هفته به حالت عادی برگشته و بهبود یابید. دکتر به شما توصیه خواهد کرد به میزان زیاد از نوشیدنی‌های قنددار و کافئین‌دار استفاده نکنید و مصرف کلسیم خود را نیز در شب کاهش دهید. باید به خاطر داشته باشید که بیشتر آب بنوشید و از فعالیت‌های شدید که ممکن است موجب تعرق و از دست رفتن آب بدن شود خودداری کنید. وقتی یکبار دچار سنگ کلیه شوید، احتمال ابتلای دوباره شما بیشتر خواهد بود. اگر می‌خواهید این اتفاق برایتان تکرار نشود، باید به دقت به توصیه‌های پزشکتان گوش دهید.