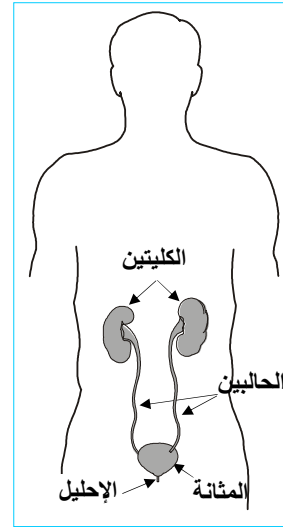


حَصَوَاتُ الكُلَى (المَغصُ الكَلَوِي) (Kidney Stones (Renal Colic))

ما هي حَصَوَاتُ الكُلَى ؟

تتكون حَصَوَاتُ الكُلَى من المعادن والأملاح التي تلتصق ببعضها البعض وتُشكّل بَلُورَات في بُولِك. يمكن للحَصَوَات أن تكون صغيرة بحجم حبة الرَّمَل أو كبيرة مثل الرخام. تكون بعضها ناعمة، ولكن معظمها خَشِينة. يمكن للحَصَوَات البقاء في الكُلَى أو الخروج من الجسم عند التَّبُول. معظم الحَصَوَات تَعْبُرُ خارج الجسم دون أي حاجة لرؤية الطبيب.



السبب الأكثر شيوعاً للإصابة بحصوات الكلى هو عدم شرب كمية كافية من الماء. وهذا يجعل بُولِك أكثر كثافة وتركيزاً. و بذلك تتمكن المعادن والأملاح من الإلتصاق ببعضها البعض وتشكيل الحَصَوَات.

بعض الناس لا يشعرون بأي ألم، في حين ان أشخاصاً آخرين يشعرون بالكثير من الألم. يكون الألم إمّا بسبب حجم الحَصَوَة، أو بسبب تحرك الحَصَوَة بين الكُلَى والمثانة، أو التّصاق الحَصَوَة في مكان ما بين الكُلَى والمثانة.

إذهب إلى أقرب قسم للطوارئ في حالة ما:

- إذا أصبت بألم شديد في الظهر أو الجنب و كان هذا الألم لا يزول بالرغم من تناولك للأدوية المُسكّنة للألم.
- إذا لم يكن بإمكانك شرب الماء أو ابتلاع الأدوية لأنك تشعر بالمرض الشديد.
- إذا أصبت برعشة برد أو حمى تتجاوز 38.5 درجة مئوية (101.3 درجة فهرنهايت).
- إذا كان بُولِك كريه الرائحة، أو كان يبدو غامقاً.
- إذا كنت تشعر بالسّوع، أو الحرق، أو الألم عندما تذهب إلى المراض (للتّبُول).
- إذا كنت لا تستطيع تفرغ مثانتك.

تَذَكَّر

إذا أعطينا لك أدوية الألم المُخدّرة (مثل المورفين) في المستشفى و / أو أعطينا لك وصفة لدواءٍ مُخدّرٍ مُسكّنٍ للألم (كدواء التايلينول مع الكودين)، يجب أن لا تسوق أو تقوم بتشغيل أيّة آليّة لمدة 12 ساعة بعد تناول الدواء.

كيف تعتني بنفسك في البيت

تناول الأدوية المعتادة المسكّنة للألم حسب توجيهات الطبيب. احجز موعداً لرؤية طبيب الأسرة خلال يومين (2). قد نطلب منك أيضاً الذهاب لرؤية أخصائي الكلى. إذا كانت الحصوة كبيرة جداً ولم تخرج من تلقاء نفسها، أو إذا علقت في طريق الخروج، فقد تحتاج لعلاج أكثر. اشرب 8 إلى 10 أكواب من الماء كل يوم. هناك طريقة جيدة للقيام بذلك، و هي أن تشرب كوباً واحداً من الماء كل ساعة حين تكون مستيقظاً.

طُرُقٌ لمنع الإصابة بحَصَوَاتِ الكُلَى

اشرب 8 إلى 10 أكواب من الماء كل يوم. حافظ على نشاطك. الإصابة بحصوة الكلى تكون أكثر شيوعاً عند الأشخاص غير النشطين أو الذين يجلسون معظم النهار. مع بعض أنواع الحصوات:

- قد يُطلب منك أن لا تأكل بعض أنواع الأطعمة.
- قد تحتاج إلى تناول بعض الأدوية للمساعدة على منع الحصوات من التكوّن.

معاني الكلمات

الكُلَيَاتِنِ (الكُلَى) - و تُسمّى بالإنجليزية: كيد-ني) - وهي أعضاء على شكل حبة فاصوليا تقوم بأخذ المخلفات من الدم وتُكوّن البُول. **الحالب (الحالبين) -** و يُسمّى بالإنجليزية: يو-ري- تيرز) - هذه الأنابيب الصغيرة تحمل البُول من الكليتين إلى المثانة. **المثانة (العُضْو الذي يَنَجْمَعُ فيه البُول) -** و تُسمّى بالإنجليزية: بلا-دير)- هذا العضو الأجوف يجمع ويحمل البُول إلى أن يتمكن من الخروج من الجسم. **الإحليل (مَجْرَى البُول) -** و يُسمّى بالإنجليزية: بي-ري-ثرا) - هو الأنبوب الصغير القصير الذي يحمل البُول من المثانة إلى خارج الجسم. **البُول -** (و يُسمّى بالإنجليزية: يو-رين) سائل النفايات التي تفرزها الكُلَيَاتِنِ ويسمى عادة "البُول". **التَبُول -** (و يُسمّى بالإنجليزية: يو-ري-نيت) وهي عملية نقل البُول إلى خارج الجسم، ويطلق عليها "الذهاب إلى المراض" أو "الذهاب للتَبُول".

لمعرفة المزيد، يستحسن أن تسأل:

- طبيب أسرتك
- صيدليك الخاص
- HealthLinkBC - إتصل برقم 1-8-1-1 (للصّم وضعاف السّمع 1-7-1) أو اذهب على شبكة الانترنت www.HealthLinkBC.ca

تمّ التعديل بإذن من "حصوات الكلى - الذهاب إلى البيت" (يوليو 2010) من طرف "بروفيدانس للرعاية الصحية" (Providence Health Care).