

Emergency Services

## Kidney Stones (Renal Colic)

خدمات اورژانس

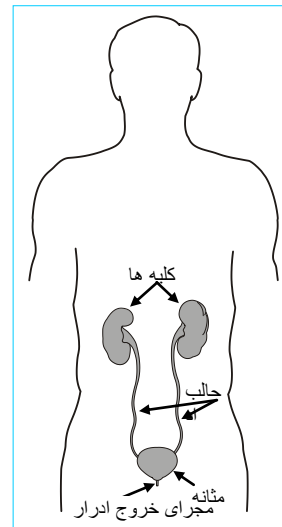
## سنگ کلیه (قولنج کلیوی)

در موارد زیر به نزدیکترین اورژانس مراجعه کنید:

- درد شدیدی در پشت یا در پهلو دارید که حتی با خوردن داروی مسکن از بین نمیرود.
- آنقدر حال بدی دارید که نمیتوانید آب بنوشید یا داروهایتان را قورت بدهید.
- لرز و تب بالای 38.5 ( 101.3 درجه فارنهایت ) دارید.
- ادرار شما بوی بدی میدهد و بنظر کدر میآید.
- در موقع ادرار احساس گزیدگی، سوزش یا درد میکنید.
- قادر به تخلیه مثانه نیستید.

سنگ کلیه چیست؟

سنگ کلیه از نمکها و املاحی که بهم چسبیده و در ادرار ایجاد کریستال میکنند بوجود میآید. این سنگها ممکن است به کوچکی یک دانه شن یا به بزرگی یک تیلۀ شیشه ای باشند. برخی سطحی نرم دارند اما اکثرا دندانه دار هستند. این سنگها ممکن است در کلیه بمانند یا با ادرار به بیرون رانده شوند. بیشتر مواقع این سنگها بدون نیاز به مراجعه به پزشک دفع میشوند.



رایجترین دلیل ایجاد سنگ کلیه نخوردن آب به میزان کافیست. این وضعیت ادرار شما را غلیظ ترمیکند. در نتیجه املاح و نمکها بهم چسبیده و تولید سنگ کلیه میکنند.

بعضی افراد هیچ دردی ندارند در حالیکه بعضی دیگر درد بسیاری دارند. این درد ناشی از اندازه سنگ، حرکت سنگ بین کلیه و مثانه، یا گیر کردن سنگ در جایی بین کلیه و مثانه میباشد.

### بخاطر داشته باشید

اگر در بیمارستان به شما داروهای مسکن مخدر (مانند مورفین) داده ایم/و یا نسخه ای برای مسکن همراه با مواد مخدر (مانند تایلنول کدئینه) برایتان تجویز کرده باشیم، تا 12 ساعت پس از مصرف دارو از کار کردن با ماشینهای سنگین یا رانندگی کردن باید اجتناب کنید.

## معنای این لغات چیست

**کلیه ها** (به انگلیسی خوانده میشود "کید نی") این اعضای لوبیائی شکل مواد زائد را از خون میگیرند و ادرار را تشکیل میدهند.

**حالب** (به انگلیسی خوانده میشود "یوریترز") این دو لوله کوچک ادرار را از کلیه ها به مثانه میبرند.

**مثانه** (به انگلیسی خوانده میشود "بلدر") این عضو تو خالی ادرار را جمع کرده و تا زمان خروج آن از بدن آنرا در خود نگه میدارد.

**مجرای ادرار** (به انگلیسی خوانده میشود "یوریترا") لوله کوتاه و کوچکی که ادرار را از مثانه بیرون برده و از بدن خارج میکند.

**ادرار** (به انگلیسی خوانده میشود "یورین") مایعات زائدی که توسط کلیه ها ساخته میشود و بطور عامیانه آن را شاش میگویند.

**ادرار کردن** (به انگلیسی خوانده میشود "یورینیت") عملی که باعث خروج ادرار از بدن میشود که بطور عامیانه به آن به توال رفتن یا شاشیدن میگویند.

## برای آگاهی بیشتر، خوب است سوال کنید:

- از دکتر خانوادگی تان
- از داروسازتان
- با شماره 1-1-8 ( برای ناشنویان و کم شنوایان با شماره 1-1-7) تماس حاصل کرده یا به آدرس وبسایت [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) مراجعه کنید.

## چگونه در منزل از خود مراقبت کنید

داروهای مسکن را طبق دستور پزشک مصرف کنید.

ظرف 2 روز قرار ملاقاتی برای دیدن دکتر فامیلی بگذارید. همچنین امکان دارد از شما بخواهیم به متخصص کلیه مراجعه کنید.

در صورتیکه سنگ تا بدانحد بزرگ باشد که بخودی خود حرکت نکند، یا اگر در مسیر خارج شدن گیر کرده باشد ممکن است به درمان بیشتری نیاز داشته باشید.

هر روز بین 8 تا 10 لیوان آب بنوشید. یک روش خوب برای انجام این کار نوشیدن یک لیوان آب در هر یک ساعت بیدار است.

## روشهای پیشگیری از ایجاد سنگ کلیه

روزانه بین 6 تا 8 لیوان آب بنوشید.

فعال باشید. در صورتیکه فعال نباشید یا بیشتر اوقات روز را بنشینید، ایجاد سنگ کلیه معمولتر است.

در برخی از انواع سنگ کلیه :

- ممکن است از شما خواسته شود ، بعضی از غذاها را مصرف نکنید.

- ممکن است برای کمک به پیشگیری از بوجود آمدن سنگ کلیه به مصرف داروهای خاصی نیاز داشته باشید.