کار را انجام دهید تا دیگر نگرانی بابت بروز عفونت در ناحیه زخم ها نداشته باشید.

- پس از استحمام کاملاً محل عمل را خشک نموده و سپس پانسمان کنید. برای خشک کردن محل عمل از وسایل گرم کننده مانند سشوار استفاده نکنید.
- حدامکان از خم و راست شدن دوری کرده و نماز خود را پشت میز و به حالت نشسته بر روی صندلی بخوانید؛ بهتر است برای سجده، مهر را به پیشانی خود بچسبانید.
- از صندلی‌هایی که پشتی مستقیم دارند، استفاده کنید.
- از توالت فرنگی استفاده کنید.
- از کفش های تخت و سفت هنگام گردش استفاده نمایید.
- از استعمال سیگار و دخانیات، خودداری نمایید.

فعالیت :

♦استراحت مطلق بعد از جراحی ستون فقرات به هیچ وجه توصیه نمی شود همچنین انجام فعالیت های سنگین که به عضلات فشار می آورند نیز جایز نمی باشد و هر دو برای بیمار مضر هستند.

♦از خم شدن، جابجا کردن، چرخاندن یا تغییر ناگهانی وضعیت بدن به مدت ۶ هفته بعد از عمل جراحی پرهیز کنید.

♦ از بلند کردن اجسام سنگین خودداری نمایید.

♦ممکن است تا چندین روز برای فعالیت‌های روزمره نیاز به کمک داشته باشید.

♦بالا رفتن و پایین آمدن از پله‌ها بلامانع است، اما سعی کنید یک پله یک پله بالا یا پایین بروید و از نرده کمک بگیرید.

♦فعالیت جنسی و زناشویی را تا اولین ملاقات با پزشک خود، به تاخیر بیندازید.

♦رانندگی کردن برای فردی که عمل ستون فقرات انجام داده است باید با دستور جراح معالج باشد اما به طور معمول پس از گذشت یک ماه و کسب بهبودی نسبی ، این امر بلامانع است.

تغذیه و رژیم غذایی :

- مصرف غذاهای پروتئینی و ویتامین ها بخصوص دریافت کلسیم و ویتامین دی بسیار توصیه می شود.
- میل نمودن ۸ لیوان آب در روز نیز می تواند مفید واقع شود.

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

۱۴-۱۰ روز بعد از عمل جهت برداشتن بخیه‌ها

در صورت مشاهده قرمزی و ترشحات غیرطبیعی و درد بیش از حد

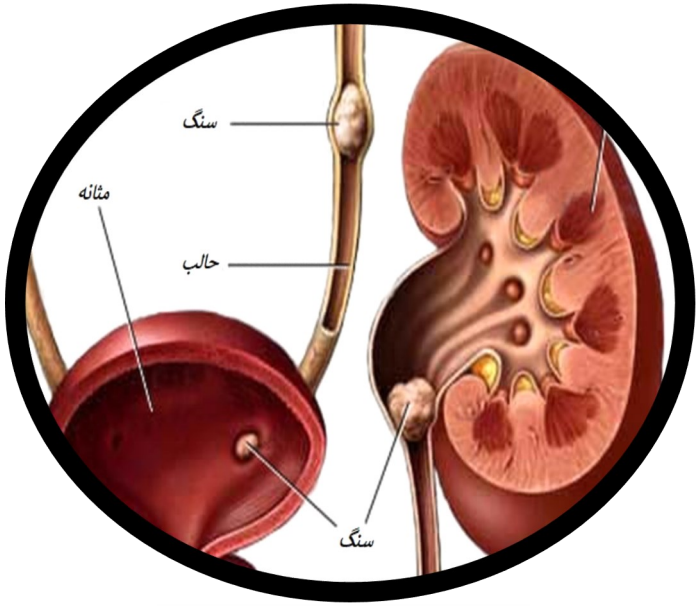
نشانی : بابل ، چهار راه فرهنگ ، خیابان شهید مصطفی خمینی ، مرکز آموزشی درمانی شهید یحیی نژاد

تلفن : ۰۱۱ – ۳۲۲۲۳۵۹۴ – ۷

وب سایت : yahya.mubabol.ac.ir

منابع : برونر و سودارث ، ۲۰۱۸

بیمارستان شهید یحیی نژاد



سنگ های ادراری

لیلی حاجی علی نژاد
سوپروایزر آموزش سلامت

۱۴۰۱

شرح بیماری :

سنگ ها از کلیه تا مثانه ممکن است در هر جایی تشکیل شود. انـدازه سنگ ها از رسوبات ریز دانه‌ای که اصطلاحاً شن ادراری نامیده می‌شود تـا سنگ‌های بزرگ مثـانه کـه ممکن است اندازه پرتقال باشند، متفاوت است. در حدود نیمی از بیماران با یک سنگ کلیه، ممکن است در طی ۵ سال بعد دچار حملات دیگری از سنگ کلیه شوند.

علایم :

تظاهرات بالینی بستگی به وجود انسداد و عفونت دارد. در صورت بروز سنگ‌های ادراری علائم به صورت زیر مشاهده می‌شود:

♦درد عمیق و شدید در منطقه دنده‌ای – مهره‌ای (دردی که از کلیه منشا می گیرد، در زنان به قسمت جلو و پایین مثانه و در مردان به بیضه‌ها انتشار می یابد).

♦اغلب خون در ادرار وجود دارد.

♦چرک ممکن است در ادرار باشد.

♦تهوع و استفراغ

♦احتمال اسهال و ناراحتی‌های شکمی وجود دارد.

♦تکرر و سوزش ادرار (غالبا بیمار تمایل به ادرار کردن دارد اما مقدار خیلی کمی ادرار دفع می کند که معمولا به علت ساییدگی ناشی از وجود سنگ، در ادرار خون وجود دارد).

علل شایع :

- غلظت موادی مانند اگزالات کلسیم، فسفات کلسیم، اسید اوریک که در ادرار افزایش می یابد.
- کمبود موادی مانند سیترات
- کمبود مایعات در بدن بیمار
- عفونت ادراری
- رکود ادراری
- دوره‌های بی حرکتی
- اختلالات ژنتیکی
- تحقیقات نشان می‌دهد که نوشابه‌های گازدار (انواع کولا) یکی از موادی است که موجب تولید سنگ کلیه می‌شود.

عوارض احتمالی :

- به دنبال ایجاد سنگ‌های ادراری ممکن است عوارض زیر در بیمار بروز نماید:
- اختلال عملکرد مزمن مثانه: سنگ های مثانه‌ای که درمان نمی‌شوند، می توانند مشکلات ادراری دراز مدتی مانند سوزش و درد در حین ادرارکردن یا تکرر ادرار ایجاد کنند. همچنین سنگ های مثانه می توانند در دهانه مجرای ادرار، جایی که ادرار از مثانه خارج شده به سمت مجرای ادراری رفته و مسیر عبور ادرار را مسدود کنند.
- عفونت‌های دستگاه ادراری
- از بین رفتن کلیه ها

تشخیص :

- پزشک جهت تشخیص از اقدامات زیر استفاده می‌نماید:
- رادیوگرافی ساده از کلیه، مثانه و حالب
- تست ادرار ۲۴ ساعته

مراقبت بعد از جراحی :

- آزمایش خون و ادرار
- عادات غذایی
- تاریخچه دارویی
- تاریخچه خانوادگی در مورد سنگ‌های ادراری

درمان :

سنگ با قطر کمتر از ۵ میلیمتر خود به خود دفع می‌شود.

سنـگ های بزرگتر را با استفاده از سنگ شکن یا جراحی خارج می‌کنند.

هـدف فوری در درمان تسـکین درد است که از مسکن‌های مخدر استفاده می شود.

حمام داغ یـا استفاده از گرمای مرطوب روی ناحیه پهلوها مفید می‌باشد.

غیر از مواردی که بیمار به علت استفراغ یا نارسایی قلبی نیاز به محدودیت مایعات دارد، بیماران باید مصرف مایعات را افزایش دهند.

درمان توسط سنگ شکن :

در این روش سنگ ها توسط امواج شوک که از طریق آزاد شدن انرژی و انتقال آن از طریق آب می باشد، شکسته می‌شوند.

وجود خون در ادرار تا چند روز پس از سنگ شکنی طبیعی است و اشکالی ندارد.