

### هدف کلی:

آگاهی و شناخت بیماریو چگونگی مراقبت از این افراد و آموزش مراقبت از خود

### اهداف رفتاری

شناختی: ۱- شناخت ماهیت بیماری، علایم و روش های تشخیص و درمان

۲- آگاهی و شناخت در رابطه با مراقبت قبل و پس از عمل و ترخیص

روانی - حرکتی: اجرای صحیح مراقبت قبل و بعد از جراحی

آموزش صحیح به بیماران جهت خود مراقبتی در منزل و پیگیری مجدد

عاطفی: درک اهمیت اصول صحیح مراقبت قبل و بعد از جراحی

درک اهمیت آموزش صحیح به بیمار جهت کاهش مشکلات پس از جراحی

### ماهیت بیماری:

سنگ ادراری یا همان سنگ کلیه یک توده ی بلوری شکل و سخت شبیه به سنگ معمولا با حاشیه نامنظم و کناره های تیز است که ممکن است در هر قسمتی از دستگاه ادراری و جود داشته باشد اندازه ی آن از یک دانه برنج یا شن یا به بزرگی یک تخم مرغ دیده می شود

### عوامل مستعد کننده:

کمبود آب بدن و کاهش مصرف مایعات

افزایش ترشح مواد معدنی به داخل ادرار

فعالیت جسمانی کم

سابقه ی سنگ در خانواده

رژیم غذایی نامناسب

سابقه ی عفونت ادراری

## علائم و نشانه ها:

درد شدید(علامت اصلی)

خون ادراری

دفع سنگ یا سنگ ریزه یا شن

احساس ناراحتی و درد هنگام دفع ادرار

سریع و فوری ادرار کردن

## تشخیص:

عکس ساده

عکس رنگی

سی تی اسکن

سونو گرافی

## درمان و مراقبت های پرستاری:

- ✓ داروهای ضد درد خوراکی غیر مخدرمخدر مثل دیکلوفناک و ناپروکسن، استامینوفن
- ✓ در صورت تشدید درد دیکلوفناک
- ✓ داروی مسکن مخدر با نظر پزشک مانند مرفین
- ✓ دارو های ضد اسپاسم برای شل کردن عضلات حالب و کمک به دفع سنگ

- ✓ بسته به نوع سنگ (سنگ حاوی کلسیم، استروویت، سیستینی، اسید اوریک و ... داروهایی به منظور متوقف کردن رشد سنگ های موجود یا تشکیل سنگ جدید ممکن است با نظر پزشک تجویز شود
- ✓ انجام آزمایش های خون و ادرار جهت مشخص شدن علت بروز سنگ
- ✓ بررسی و تعیین نوع سنگ و جنس آن
- ✓ توصیه به مصرف رژیم کم سدیم، کم پروتئین، کلسیم کافی
- ✓ از مصرف غذا های حاوی اگزالات فراوان مثل سبزیجات سبز تیره و ریواس، آجیل پرهیزید
- ✓ جمع آوری سنگ و ادرار
- ✓ توصیه به انجام فعالیت
- ✓ جلوگیری و پایش از افزایش درجه حرارت و بروز علائم عفونت کلیه
- ✓ سوزش و ناراحتی حین ادرار کردن
- ✓ احساس تکرر و فوریت در ادرار

## آموزش به بیمار مبتلا به سنگ ادراری:

- ❖ توصیه به مراجعه به اورولوژیست
- ❖ توصیه با انجام آزمایش های تکمیلی خون و ادرار
- ❖ روزانه حداقل ۲/۵ تا ۳ لیتر مایعات بنوشید بیش از نصف آن آب ساده باشد میزان مصرف آب باید به اندازه ای باشد که حداقل ۲ لیتر ادرار در شبانه روز دفع کنید.
- ❖ از استراحت زیاد و طولانی پرهیزید و ورزش روزانه مناسب داشته باشید این کار به دفع سنگ کمک می کند
- ❖ از داروی مسکن و ضد درد به هنگام درد شدید استفاده کنید.
- ❖ در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید: تشدید درد به طوری که بیش از یک ساعت با وجود مصرف مسکن بهبود نیابد
- ❖ تهوع استفراغ شدید
- ❖ تشدید و تداوم خون واضح در ادرار
- ❖ تب و لرز
- ❖ درد و سوزش و ناراحتی شدید هنگام دفع ادرار
- ❖ تغییر رنگ / تیره شدن / کدر شدن رنگ ادرار
- ❖ با هر وعده غذایی دو لیوان آب مصرف نمایید
- ❖ کاهش مصرف نمک: مصرف نمک باعث افزایش سنگ سازی می شود پس از غذاهایی نظیر کنسرو ها، فست فود، کالباس، غذا های بسته بندی شده، چیپس، پفک و سس ها پرهیزید.

- ❖ پرهیز از مصرف زیاد شکر
- ❖ مصرف مکمل ها و ویتامین ها باید حتما تحت نظر پزشک معالج باشد چون مصرف بی اندازه آنها منجر به تشکیل سنگ خواهد شد.
- ❖ حفظ تعادل در رژیم غذایی (لبنیات را حذف نکنید)
- ❖ غذاهای دارای فیبر مثل سبزیجات. سبوس گندم و ویتامین را با اعتدال مصرف کنید زیرا باعث تشکیل سنگ خواهند شد.
- ❖ به هیچ وجه بدون دستور پزشک اقدام به مصرف دارو های خود سرانه نکنید .
- ❖ هیچگاه اقدام به قطع یا تغییر میزان مصرف دارو های خود نکنید.
- ❖ اگر نوع سنگ شما کلسیمی و فسفری است: از مصرف فراورده های لبنی و شکلات و نارگیل خودداری کنید.
- ❖ اگر نوع سنگ فسفات است: رژیم اسیدی مصرف نمایید.
- ❖ اگر نوع سنگ اسید اوریک یا سیستینی است: رژیم قلیایی مصرف نمایید.

## جراحی:

- ❖ **سنگ شکن:** سنگ شکن از امواج صوتی استفاده میکند که به راحتی از بافتهای بدن میگذرد و دارای قدرت کافی برای شکستن سنگ کلیه است. در این روش، سنگها به قطعات ریز شکسته و همراه با ادرار از مجاری ادراری دفع میشوند. این امواج بی خطرند و بیمار، آنها را حس نمیکند، اما از آنجا که تولید هر موج با صدای بلندی همراه است، برای محافظت از گوشهای بیمار از گوشی استفاده میشود. از عوارض این روش میتوان به وجود خون در ادرار، کبودی پشت و شکم و احساس ناراحتی در زمان عبور سنگهای شکسته شده از مجاری ادراری اشاره کرد. علاوه بر آن، ممکن است سنگها در مرحله اول به طور کامل خرد نشوند که در این صورت، باید مجدداً از دستگاه سنگ شکن یا از سایر روشهای خارج کردن سنگ که توضیح داده خواهد شد، استفاده کرد.
- شاید بتوان گفت که این روش جزء عمومی ترین روشهای درمان طبی سنگهای کلیه است. استفاده از این روش در مواردی که سنگ کلیه خیلی بزرگ باشد، کارگشا خواهد بود.
- خارج کردن یا خرد کردن سنگ از طریق پوست: اگر سنگ شکن کارساز نباشد یا سنگ خیلی بزرگ باشد، از این روش استفاده میشود. در این روش، لوله نازکی به نام نفروسکوپ از طریق برش کوچکی که در ناحیه پشت بیمار ایجاد شده وارد کلیه میشود. سپس با استفاده از آن، سنگ را خارج (لیتوتومی) یا آن را خرد میکنند و سپس خارج میسازند (لیتوتریپیسی).

**یوتروسکوپ:** جراح در این روش، لوله تلسکوپ نازکی را به نام یوتروسکوپ از طریق مجرای ادراری به محل استقرار سنگ هدایت میکند و میکوشد تا با بهره گیری از این ابزار دقیق، سنگ را به طور کامل خارج سازد یا برای

راحتی کار، ابتدا آن را با استفاده از امواج فراصوت، لیزر یا تکنیک الکتروهایدرولیک بشکنند و سپس خارج کند. گاهی ممکن است بیمار، نیازمند استفاده از لوله های توخالی کوچکی (موسوم به استنت حالب) باشد که در حالب جاگذاری میشود و آن را برای عبور ادرار و خردههای سنگ باز نگه میدارند. این کار اغلب برای درمان سنگهایی به کار میرود که از کلیه ها وارد حالب شده اند.

**جراحی باز:** جراح در این روش، برشی را در پهلوی بیمار ایجاد میکند و از این طریق با دسترسی به کلیه ها اقدام به خارج ساختن سنگ یا سنگها مینماید. این، آخرین گزینه برای درمان سنگها است و در موارد معدودی مورد استفاده قرار میگیرد.

### رفرنس:

۱. گاید لاین پرستاری (مراقبتهای مبتنی بر شواهد) و کتاب استانداردهای پرستاری، مراقبت پرستاری اولریج ، برونر سوارث

Nursing care plan 2014

Consult Nursing (پایگاه اطلاعاتی)

۳.دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس دینا

نرسنگی های ادراری