

آموزش به بیمار

آموزش زمان ترخیص

سنگ کلیه یک بیماری با درد شدید پهلوی بوده که به علت گیر کردن سنگ ادراری در لوله حالب و به دنبال آن انسداد و تورم کلیه می باشد. در اکثر موارد، سنگهای کوچک حالب با تجویز مسکن خودبخود دفع می شوند ولی در مواردی که سنگها بزرگتر باشند می توان از طریق روش TUL از راه مجرا، بدون هیچگونه برشی بر شکم و بی هیچ دردی سنگ را خارج نمود. در این روش هیچ برش جراحی داده نمی شود. جراح یک وسیله نوری که اورتروسکوپ نامیده می شود از طریق پیشابراه و مثانه وارد حالب می کند. محل سنگ را پیدا کرده آن را خارج می کند و یا توسط وسیله ای که امواج شوکی ایجاد می کند سنگ را خرد می کند. یک لوله و یا استنت را جراح ممکن است برای چند روز برای برقراری جریان ادراری در حالب قرار دهد. بسته به مهارت و تجربه جراح اورتروسکوپی می تواند برای تقریباً هر سنگی با اندازه متناسب دستگاه بکار گرفته شود. این روش شایع ترین درمان برای سنگ های حالب تحتانی محسوب می شود. علاوه بر این، اورتروسکوپی می تواند برای درمان تنگی و انسداد حالب و همچنین تنگی محل اتصال حالب به کلیه مورد استفاده قرار گیرد.

رژیم غذایی:

■ در صورتی که مشکلات کلیوی مزمن ندارید مایعات به مقدار زیاد مصرف نمایید (حد اقل ۸ لیوان روزانه) و با توجه به وضعیت سلامتی خود از رژیم غذایی مناسب استفاده نمایید.

فعالیت ها:

🕒 تحرک و فعالیت در مورد شما منعی ندارد و زمانیکه احساس نمودید حال عمومی مناسب دارید می توانید به فعالیت های روزمره خود بپردازید و تحرک مناسب داشته باشید.

🕒 فعالیت سبک و راه رفتن در حد معمول برای کمک به دفع سنگها کافی است.

🕒 دویدن بیش از حد، بالا و پایین پریدن، طناب زدن و فعالیت بدنی شدید کمکی به دفع بیش تر سنگها نمی کند.

🕒 از ورزش سنگین، جست و خیز و پریدن باید اجتناب کنید.

روابط جنسی:

فعالیت جنسی از روز بعد از TUL بلامانع است.

از روز بعد از عمل می توانید استحمام کنید .

علایم هشدار برای مراجعه به پزشک یا اورژانس بیمارستان:

✖ خون بسیار شدید و غلیظ در ادرار

✖ بروز تب پایدار و بالاتر از ۳۸ درجه

✖ استفراغ مکرر ، درد شدید شکم ، درد مداوم در پهلوی، قطع ادرار و احتباس ادراری

نکات مورد توجه:

☞ هرگز ادرار خود را نگه ندارید و در طول شبانه روز مرتب ادرار داشته باشید.

☞ گاهی ممکن است دچار تکرر ادرار، سوزش ادرار، درد مختصر پهلوی و خون در ادرار شوید که به مرور زمان با مصرف مایعات بیشتر بهبود می یابید. میتوانید جهت تسکین درد از مسکن تجویزی توسط پزشک معالج استفاده نمایید.

☞ جهت جمع آوری خرده های سنگ می توانید از گاز پانسمان جهت جمع آوری سنگها استفاده نمایید و جهت تشخیص نوع سنگ به آزمایشگاه بفرستید.

☞ در صورتی که استنت دبل جی برای شما گذاشته شده است حتماً قبل از یک ماه برای خروج آن به پزشک خود مراجعه

کنید. در غیر اینصورت دبل جی باعث عفونت یا تشکیل مجدد سنگ می شود

☞ داروی آنتی بیوتیک را که برای جلوگیری از عفونت تجویز شده را تا پایان مصرف کنید.

شناسنامه محتوای آموزشی	
موضوع	خودمراقبتی در جراحی TUL
تهیه کننده	مریم سادات سیدی تبار
تایید کننده علمی	دکتر حمیدرضا آرزو گر
سمت	جراح و متخصص کلیه و مجاری ادراری
تاریخ تهیه	۱۳۹۸
تاریخ بازنگری	۱۴۰۰
کد	MA-FO-09