



دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سیرجان
بیمارستان ثامن الحجج (ع)

درد پهلوی و سنگهای ادراری



آخرین بازنگری فروردین ۱۴۰۵

در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر با سایت بیمارستان تماس حاصل
نمائید.

(آموزش به بیمار)

منبع: آموزش به بیمار ماری ام کانپو و برونر و سودارت (۲۰۱۵)

Samenalhojaj.sirums.ac.ir/fa

سنگ ادراری یا سنگ کلیه یک توده ی بلوری شکل سخت و شبیه سنگ می
باشد که ممکن است در هر قسمتی از دستگاه ادراری تشکیل شود اندازه
آن بسیار متفاوت است .

تشکیل سنگ ممکن است به علت کمبود آب بدن و کاهش مصرف مایعات
باشد که اصلی ترین علت سنگ کلیه می باشد یا به علت افزایش مصرف
مواد معدنی که باعث افزایش ترشح این مواد در ادرار می شود که
بارسوب آن سنگ تشکیل می شود .

آموزشهای حین ترخیص :

- ۱) تنها داروهای خوراکی غیر مخدر و طبق دستور پزشک مصرف کنید .
- ۲) مصرف زیاد دیکلوفناک ، بروفن ، ناپروکسن باعث ناراحتی و سوزش
معدة می شود در صورت داشتن سابقه زخم معده از مصرف زیاد آنها
پرهیز کنید .
- ۳) در صورتی که پزشک داروی شل کننده و گشاده کننده حالب مثل
تامسولوسین به شما تجویز کرده ، طبق دستور پزشک مصرف کنید.
- ۴) حتما به متخصص کلیه مجاری ادراری مراجعه کنید به خصوص اگر
برای اولین بار دچار سنگ کلیه شده اید .
- ۵) مایعات زیاد حداقل روزانه ۲٫۵-۳ لیتر مایعات بنوشید که بیش از
نصف آن فقط آب ساده باشد به طوریکه رنگ ادرار زرد بی رنگ و
روشن شود .
- ۶) از مصرف زیاد نمک و شکر خودداری شود .



۷) از استراحت مطلق خودداری کنید و فعالیتهای جسمی و ورزشی
روزانه ی مناسب داشته باشید این کار به دفع سریعتر سنگ کمک می
کند .

۸) اگر در اورژانس برای شما سونوگرافی انجام شده در مدارک
خود بایگانی کنید .

۹) از مصرف بیش از حد چای قهوه ، نوشابه های گاز دار ، سوسیس ،
کالباس ، چیپس ، پفک ، انواع سس ها ، کنسروها ، شکلات ، کیک ،
شیرینی و بیسکویت خودداری کنید .

در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک مراجعه شود :

درد بسیار شدید که به درمان دارویی پاسخ ندهد ، تب لرز ، تهوع و
استفراغ شدید ، درد ، سوزش و ناراحتی هنگام دفع ادرار ، تغییر
رنگ ، تیره شدن و کدر شدن ادرار ، تشدید و تداوم وجود خون
واضح در ادرار

