



### سنگ شکن

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ بازنگری: پاییز ۱۴۰۲

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

### ❖ شرح روش

سنگ‌های سیستم ادراری ممکن است در هر قسمت از کلیه تا مثانه تشکیل شوند. اندازه سنگ‌ها از رسوبات ریزدانه‌ای که اصطلاحاً شن ادراری نامیده می‌شود تا سنگ‌های بزرگ که ممکن است اندازه پرتقال باشند، متفاوت است. سنگ با قطر کمتر از ۷ میلیمتر خود به خود دفع می‌شود ولی سنگ‌های بزرگتر را با استفاده از سنگ شکن یا جراحی خارج می‌کنند. سنگ شکن روشی درمانی است که در آن می‌توان بدون انجام جراحی سنگ‌های کلیه و حالب را خارج نمود.

### ❖ دلایل انجام

بدیهی است که انجام روش سنگ‌شکنی می‌تواند مانع از بروز سایر عوارض ناشی از سنگ مجاری ادراری شود و همچنین می‌تواند ناراحتی‌های ناشی از آن را برطرف کند.

### ❖ اقدامات قبل از انجام سنگ شکن

قبل از انجام سنگ شکن اقدامات زیر انجام می‌شود:

- ✓ شب قبل از سنگ شکنی یک شیشه روغن کرچک یا ۴ عدد قرص بیزاکودیل همراه با ۴ عدد قرص دایمتیکون (طبق دستور پزشک) میل کنید.
- ✓ قبل از مصرف روغن کرچک شام سبک مانند سوپ ساده استفاده شود.
- ✓ از روز قبل از سنگ شکنی مصرف شیر، حبوبات، سبزیجات و غذاهای نفاخ ممنوع می‌باشد.
- ✓ از ساعت ۱۰ شب قبل از سنگ شکنی فقط مایعات سبک مانند چای یا آب‌میوه میل کنید.

- ✓ در صورت بارداری، سابقه بیماری قلبی، فشار خون، بیماری قند، صرع، حساسیت، آسم و مصرف دارو حتماً مسئول بخش سنگ شکنی را مطلع نمایید.
- ✓ اگر در ناحیه پشت و پهلو و جلو شکم در سمت مبتلا به سنگ موهای زائد وجود دارد روز قبل از مراجعه برای سنگ شکنی موهای این نواحی را اصلاح کنید.
- ✓ در سایر موارد همه داروهای مربوط به بیماری قلبی، فشار خون و آسم و غیره را حتماً صبح روز سنگ‌شکنی همراه با مقدار اندکی آب میل کنید.
- ✓ صبح روز سنگ‌شکنی و قبل از مراجعه از خوردن چای، صبحانه حتی بیسکویت خودداری نمائید و ناشتا مراجعه کنید.

### ❖ روش انجام

شما روی تختی دراز می‌کشید و دستگاه سنگ شکن با ایجاد امواج با انرژی بالا که قابلیت عبور از بافت‌های بدن را دارند، موجب شکستن سنگ به قطعات بسیار کوچکتر می‌شود. پس از انجام سنگ‌شکن سنگ‌های حاصله به علت اندازه کوچک از طریق ادرار و بدون هیچ مشکلی از بدن دفع می‌شوند.



وجود خون در ادرار تا چند روز پس از سنگ‌شکنی طبیعی است و مشکلی ایجاد نمی‌کند.



گاهی تکرار سنگ شکن در برخی بیماران نیاز می باشد. این روش سرپایی است و حتی می توانید به خانه بروید و به صورت دوره ای به پزشک مراجعه کنید.

### ❖ اقدامات بعد از انجام سنگ شکن

- ✓ بعد از انجام سنگ شکن اقدامات زیر انجام می شود:
- ✓ پس از سنگ شکن و یا در حین آن، منتظر دفع سنگ باشید
- ✓ ادرار خود را از صافی عبور دهید تا سنگ دفع شده را جهت مشخص شدن نوع آن به پزشک نشان دهید و یا به آزمایشگاه ارسال نمایید.
- ✓ ممکن است در محل درمان که در ناحیه پشت می باشد، دچار کبودی شوید.
- ✓ در صورت کاهش برون ده ادراری پرستار را مطلع کنید.
- ✓ انتظار خون در ادرار را داشته باشید این مسئله در مورد تمام بیماران مورد انتظار است، اما این عارضه نباید بیش از ۴ تا ۵ روز به طول انجامد.
- ✓ به مدت یک تا دو هفته بعد از سنگ شکنی خون در ادرار دیده می شود، نگران نباشید و کافی است مایعات بیشتر مصرف کنید زیرا ممکن است دفع سنگ برای ۶ هفته تا چند ماه پس از درمان ادامه یابد.

### ❖ مزایا و معایب

اصلی ترین مزیت این روش آن است که بدون انجام جراحی می توان سنگ را خارج نمود. در نتیجه، هزینه ها زمان بستری در بیمارستان، عوارض جانبی و دوره بهبودی کاهش خواهد یافت. متأسفانه تمامی انواع سنگ ها با این روش قابل درمان نمی باشند. بعلاوه گاهی اوقات قطعاتی از سنگ در داخل بدن

باقی می ماند که نیاز به انجام روش های درمانی دیگری می باشد.

### ❖ فعالیت

- ✓ در زمانی که از سنگ شکن استفاده نموده اید برنامه فعالیت خود را به صورت زیر برنامه ریزی نمائید:
- ✓ ورزش های سبک در فضای باز مانند قدم زدن، دوچرخه سواری و طناب زدن مفید است و از انجام کارهای سنگین باید خودداری کنید.



- ✓ از فعالیت های فیزیکی سنگین که موجب تغییرات درجه حرارت زیاد بدن می گردد، خودداری کنید.
- ✓ از عرق کردن زیاد که باعث کاهش ادرار و افزایش غلظت آن می شود، اجتناب کنید.

### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ بعد از انجام سنگ شکن لازم است رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نمائید :
- ✓ چند ساعت پس از سنگ شکن به دستور پزشک ناشتا و سپس رژیم مایعات در حد تحمل شروع می شود.
- ✓ میزان آب دریافتی باید در حدی باشد که رنگ ادرار کمرنگ شود.
- ✓ ساده ترین راه پیشگیری عفونت های ادراری مصرف مایعات است لذا روزانه ۸ لیوان آب مصرف شود.

### ❖ چند توصیه به بیمارانی که می خواهند سنگ

#### شکن انجام دهند؟

- ✓ سنگ شکن در بیمارانی که سنگ های کلیوی زیر ۱۵ میلی متر (۱/۵ سانتی متر) دارند موفقیت بهتری دارد.
- ✓ هر قدر اندازه سنگ کلیه بزرگتر باشد، قطعات ناشی از شکستن بیشتر شده و درد بیمار بیشتر می شود.
- ✓ تمامی خانم هایی که در سن حاملگی هستند و دارای سنگ ادراری بوده و قصد حامله شدن دارند، حتما باید قبل از حامله شدن تکلیف سنگ ادراری خود را روشن کنند، وگرنه در حین حاملگی دچار مشکلات عدیده خواهند شد.
- ✓ برخی از بیماران را نمی توان سنگ شکن کرد، مانند: خانم های باردار و بیمارانی که از داروهای ضد انعقادی مانند آسپرین و وارفارین استفاده می کنند. در خانم های حامله باید در صورت امکان منتظر شد که زایمان انجام شود و در بیمارانی که داروهای ضد انعقادی مصرف می کنند می توان با مشورت پزشک معالج موقتاً دارو را قطع و بیمار را سنگ شکن نمود.

### ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمائید؟

- ✓ حدود یک هفته پس از سنگ شکن جهت بررسی نتیجه کار
- ✓ در صورت درد شدید، تب یا خونریزی شدید، احتباس ادراری و ...

#### "ارتباط با ما"

تلفن تماس: ۰۳۵۳-۳۱۲۲۲۳۰

اینا: ۰۹۹۶۵۲۵۰۰۶۹

آدرس اینترنتی: rahnemoon.ssu.ac.ir