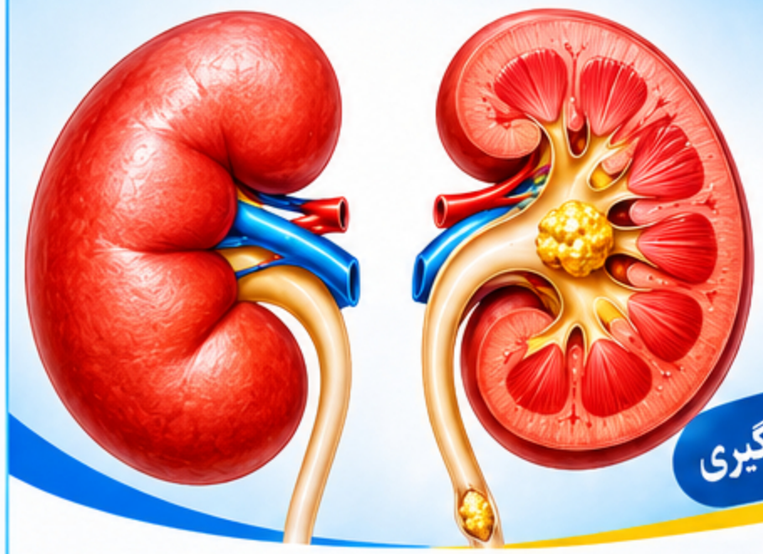
سنگ کلیه

(تحلیل کلیه)



آشنایی با علائم، علل و راه‌های پیشگیری

سنگ کلیه چیست؟



سنگ کلیه، **رسوب مواد معدنی و نمکی** در کلیه است که می‌تواند باعث درد و مشکلات ادراری شود.

علائم و نشانه‌ها



- درد شدید در پهلو یا کمر
- تکرر ادرار و سوزش هنگام ادرار
- وجود خون در ادرار
- تهوع و استفراغ

چه زمانی به پزشک مراجعه کنیم؟

اگر درد شدید، تب، خون در ادرار یا اشکال در دفع ادرار داشتید، حتماً به پزشک مراجعه کنید.



علل و عوامل خطر



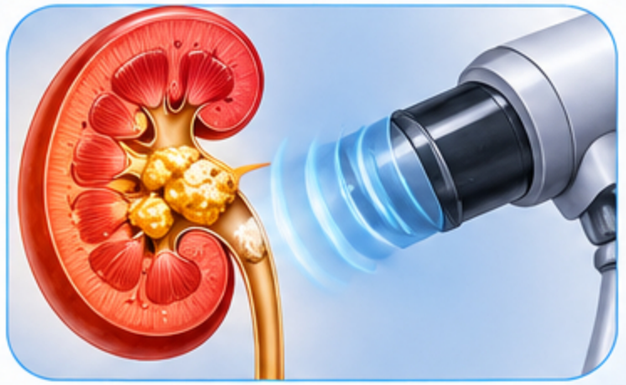
- کم نوشیدن آب
- مصرف زیاد نمک و پروتئین حیوانی
- سابقه خانوادگی سنگ کلیه
- برخی بیماری‌ها مانند دیابت و فشارخون

روش‌های تشخیص



- سونوگرافی کلیه و مجاری ادراری
- آزمایش ادرار و خون
- سی‌تی‌ـاسکن در موارد خاص

روش‌های درمان



- نوشیدن آب فراوان
- دارو برای کاهش درد و دفع سنگ
- درمان سنگ‌های بزرگ با روش‌های سنگ‌شکنی یا جراحی

راهکارهای پیشگیری



- نوشیدن حداقل ۸ لیوان آب در روز
- کاهش مصرف نمک و مواد غذایی پر اگزالات (مثل اسفناج و چغندر)
- رعایت رژیم غذایی متعادل و حفظ وزن مناسب