



موضوع:

سنگ مثانه

تهیه و تدوین:

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی آیت الله کاشانی شهرکرد





پمفلت آموزش سلامتی و پیشگیری بالینی

عنوان آموزشی:

سنگ مثانه

Bladder Stones





سنگ مثانه چیست؟

سنگ مثانه، کریستال کوچکی است که در ادرار تشکیل می‌شود. این سنگ‌ها سخت هستند، در مثانه گیر می‌افتند و می‌توانند اشکال و اندازه‌های مختلفی داشته باشند. این سنگ‌ها در مردان شایع‌تر هستند.



علائم سنگ مثانه

- ◀ احساس فشار یا درد شکم
- ◀ ادرار کِدر یا تیره
- ◀ وجود خون در ادرار
- ◀ احساس تکرر ادرار یا درد موقع ادرار کردن
- ◀ مشکل در ادرار کردن، قطع و وصل شدن جریان ادرار
- ◀ از دست دادن کنترل ادرار
- ◀ احساس درد در آلت تناسلی
- ◀ علائم عفونت ادراری، شامل تب، درد هنگام ادرار کردن، اضطراب و تکرر ادرار



همه افراد مبتلا، علامت دار نیستند! علائم
به دنبال حرکت سنگ و یا بستن مجرای
خروج ادرار به وسیله سنگ ایجاد می شود.

سنگ مثانه چگونه به وجود می آید؟

سنگ مثانه به دنبال تجمع مواد معدنی در ادرار به وجود می آید.
رایج ترین مواردی که می توانند منجر به ایجاد سنگ مثانه شوند،
عبارتند از:

- ◀ بزرگی پروستات
- ◀ انسداد مجرای ادراری
- ◀ دیورتیکول مثانه (بیرون زدگی مخاط مثانه از محل ضعف دیواره مثانه)
- ◀ عفونت ادراری
- ◀ برخورد اشعه به ناحیه لگن
- ◀ آسیب عصبی (اعصاب مثانه)
- ◀ جراحی روی مثانه
- ◀ سیستوسل (که در زنان به دنبال ضعف و افتادگی دیواره مثانه و افزایش فشار لگن ایجاد می شود)
- ◀ عدم تخلیه کامل ادرار
- ◀ ادرار اسیدی (بیش از حد معمول)، ادرار بیش از حد غلیظ و وجود جسم خارجی در ادرار نیز می تواند موجب تشکیل سنگ مثانه شود.



سنگ کلیه همان سنگ مثانه نیست، سنگ‌های کلیه همیشه به خودی خود دفع نمی‌شوند اما اگر در مثانه گرفتار شوند، می‌توانند سنگ‌های جدید نیز تشکیل دهند.

سنگ مثانه چگونه تشخیص داده می‌شود؟

در صورتی که علائم مشکوک به سنگ مثانه دارید، به پزشک مراجعه کنید. پزشک برای شما معاینه فیزیکی انجام می‌دهد. برای مثال با فشار دادن مثانه شما وجود درد در شما را بررسی می‌کند. همچنین ممکن است پزشک در مردان، برای بررسی وضعیت و بزرگی پروستات، معاینه انگشتی مقعد نیز انجام دهد. سایر بررسی‌ها عبارتند از:

۱. **تست ادرار:** نمونه‌گیری باید به صورت استریل انجام شود تا آلودگی باکتریایی خارجی ایجاد نشود.

۲. **تصویربرداری از لگن:** عکس ساده، سی‌تی اسکن، سونوگرافی

۳. **تصویربرداری از مجرای ادراری (سی‌تی اسکن):** ممکن است برای بررسی بهتر مجاری، از تزریق وریدی مواد حاجب رنگی نیز استفاده شود.

۴. **سیستوسکوپی:** وارد کردن یک لوله باریک انعطاف‌پذیر که یک دوربین کوچک به آن متصل است به مجرای ادراری در هنگام ادرار کردن.



آیا سنگ مثانه قابل پیشگیری است؟

موارد متعددی وجود دارد که می‌تواند به پیشگیری از سنگ مثانه کمک کند:

- ◀ درمان عفونت ادراری
- ◀ مراجعه به پزشک برای رفع سایر علل ایجاد سنگ مثانه
- ◀ حفظ سلامتی، نوشیدن مقدار کافی آب، اجتناب از مصرف غذاهای با چربی، نمک و شکر زیاد
- ◀ سیگار نکشیدن
- ◀ اجتناب از مصرف داروهای غیر مجاز
- ◀ مراجعه سریع به پزشک در صورت مشاهده علائم





درمان سنگ مثانه

بعضی از سنگ‌های مثانه (سنگ‌های کوچک) به خودی خود، به هنگام ادرار کردن دفع می‌شوند. البته ممکن است دفع آنها همراه درد نیز باشد.



مصرف روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب به منظور افزایش حجم ادرار، توصیه می‌شود. در اکثر موارد این اتفاق رخ نمی‌دهد و لازم است تا پزشک سنگ را خارج کند.

معمول‌ترین روش، استفاده از **سیستوسکوپ** است. پزشک سیستوسکوپ را از مسیر مجرای ادراری وارد مثانه می‌کند و به کمک دوربین، سنگ را تشخیص می‌دهد.

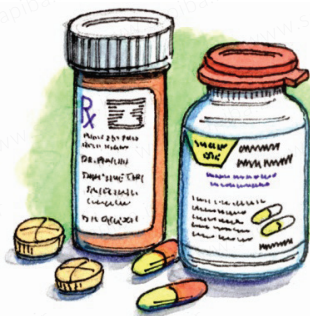
سپس پزشک به کمک لیزر یا امواج فراصوت سنگ را به قطعات کوچکتر خرد می‌کند تا این خرده سنگ‌ها از طریق ادرار دفع شوند.

در صورتی که اندازه سنگ بسیار بزرگ باشد، ممکن است نیاز به انجام **جراحی** باشد. برای انجام جراحی، بی‌حسی یا بیهوشی لازم است و سپس پزشک برش کوچکی در نزدیکی لگن ایجاد می‌کند تا بتواند سنگ را خارج کند. انجام جراحی ممکن است نیاز به بستری در بیمارستان نیز داشته باشد.



زندگی کردن با سنگ مثانه

پس از جراحی، پزشک بررسی می‌کند تا مطمئن شود تمام سنگ‌ها خارج شده‌اند. حتی ممکن است برای بررسی بیشتر مجدداً از تست‌های لازم استفاده کند.



همچنین ممکن است پزشک داروهایی برای جلوگیری از ایجاد عفونت نیز تجویز کند.

ممکن است پزشک اقدام به درمان علت زمینه‌ای ایجاد سنگ بکند، برای مثال اگر پزشک متوجه وجود توده‌ای در مثانه شود، بررسی‌های بیشتری برای وجود سرطان انجام دهد.

در حال حاضر، توصیه‌های بالینی آکادمی پزشکان خانواده آمریکا شامل غربالگری روتین برای سرطان مثانه نمی‌شود. اگر سنگ مثانه بدون درمان رها شود، می‌تواند موجب آسیب‌های طولانی‌مدت نظیر عفونت‌های ادراری مکرر و یا آسیب به کلیه، مثانه و مجرای ادراری شود.



سوالاتی که باید از پزشک خود پرسید

۱. تفاوت میان سنگ‌های کلیه و سنگ‌های مثانه چیست؟
۲. آیا سنگ مثانه، عامل خطری برای ابتلا به سرطان مثانه است؟
۳. آیا برای تسکین درد سنگ مثانه می‌توانم از مُسکن‌های بدون نسخه استفاده کنم؟
۴. اگر سابقه ابتلا به سنگ مثانه داشته باشم، در معرض خطر بیشتری برای ابتلای مجدد قرار دارم؟
۵. آیا ابتلا به سنگ مثانه ارثی است؟
۶. آیا ابتلا به سنگ مثانه برای زنان باردار دشوارتر است؟