

**PARS
HOSPITAL**
بیمارستان یارس

علایم هشدار
**سنگ های
ادراری**
(رنال کولیک)



در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه نمایید:

- تشدید درد بطوریکه به درمان دارویی مسکن پاسخ ندهد
- تهوع و استفراغ
- تشدید یا تداوم وجود خون واضح در ادرار، تب و لرز
- درد و سوزش و ناراحتی شدید در هنگام دفع ادرار
- تغییر رنگ یا تیره شدن ادرار
- قطع شدن ادرار (احتباس ادراری)

نکات قابل توجه مراقبتی در منزل:

- مایعات زیاد مصرف نمایید. روزانه حداقل ۳-۲/۵ لیتر مایعات بنوشید که بیش از نصف آن فقط آب ساده باشد.
- میزان مصرف آب به حدی باشد که حداقل ۲ لیتر ادرار در هر شبانه روز دفع کنید (در طول شب حداقل یک یا دو بار برای ادرار کردن بیدار شوید) و رنگ ادرار زرد روشن یا بی رنگ باشد.
- از مصرف نمک و شکر زیاد خودداری کنید و هیچ ماده غذایی را بدون دستور پزشک از رژیم غذایی خود کاملاً حذف نکنید. بدن به همه انواع مواد غذایی به میزان کافی نیاز دارد.
- از مصرف پروتئین اضافی خودداری شود.
- از مصرف نوشابه اجتناب ورزید.
- از استراحت مطلق خودداری کرده و فعالیت جسمی و ورزشی روزانه‌ی مناسب داشته باشید. این کار به دفع سریع تر سنگ کمک می‌کند.



شماره تماس با بیمارستان: ۰۱۳-۳۴۲۳۳
شماره داخلی اورژانس: ۱۰۵۷

