



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

سنگ شکنی

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):
تاریخ پذیرش:		
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:		
مراقبت در منزل: - در رابطه با رژیمی که باید رعایت کنید با پزشک خود و یا در صورت نیاز با کارشناس تغذیه مشورت کنید. - روزانه حداقل 12 لیوان آب بنوشید تا حجم ادرار به 2 لیتر برسد و در صورتی که به بیماری های کلیوی، قلبی یا کبدی مبتلا هستید یا اگر به هر دلیل دیگری با محدودیت مصرف آب مواجه هستید، قبل از افزایش مصرف مایعات با پزشک خود مشورت کنید. - پس از سنگ شکن و یا درحین اینکه منتظر دفع سنگ هستید ادرار خود را از صافی عبور دهید تا سنگ دفع شده را جهت مشخص شدن نوع آن به پزشک نشان دهید. - ورزش های سبک در فضای باز مانند قدم زدن، دوچرخه سواری، 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. - به مدت یک تا دو هفته بعد از سنگ شکنی، خون در ادرار دیده می شود، نگران نباشید کافی است مایعات بیشتر مصرف کنید زیرا ممکن است دفع سنگ برای 6 هفته تا چند ماه پس از درمان ادامه یابد. - داروهای تجویز شده را دقیقاً طبق دستور مصرف کنید. - در صورت لزوم و تجویز پزشک از داروهای تجویزی برای کاهش تشکیل سنگ استفاده کنید. - ممکن است درجات متفاوتی از درد داشته باشید شما می توانید از انواع مسکن ها با مشورت پزشک خود استفاده کنید. - طبق دستور پزشک آزمایش ادرار انجام دهید و حدود یک الی دو هفته پس از سنگ شکن به پزشک خود مراجعه کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - درد شدید (درد ناحیه پهلو و انتشار به کشاله ران) - تب و لرز - خونریزی شدید - احتباس ادراری - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		