



۲۰۲۱/۰۵/۰۲

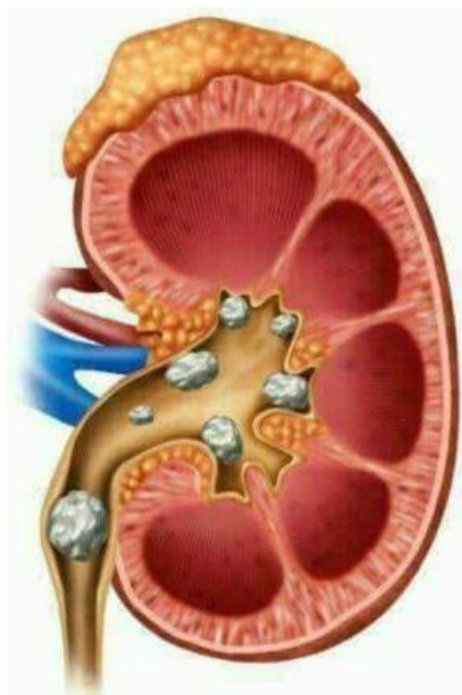


داکتر راضیه بهار قریشی

معرفی «سنگ گرده» در قاموس کبیر افغانستان

قاموس کبیر افغانستان در کنار ارائه بسی مطالب مهم اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و طبیعی، به مسائل صحتی نیز توجه کرده، امراض و علائم آنها را معرفی می نماید، مخصوصاً که طی 40 سال اخیر بر اثر ادامه جنگ، بیماریهای مختلف در افغانستان گسترش یافته و مردم را دچار مشکلات فراوان کرده. ازینرو کوشش به عمل می آید تا راههای پیشگیری و معالجه این ناجوریهها از طریق تداوی طب مکتبی و طب یونانی به دسترس هموطنان گذاشته شود. در این سلسله به معرفی بیماری **سنگ گرده** پراخته می شود.

مجمع اللغات					
اسم یا کلمه	ریشه لغت	نوعیت کلمه	معنی	معلومات مکملتر	انگلیسی
سنگ گرده	ترکیب دری و دری	اسم مرکب - صفت	سنگ گرده بیماری جدیدی نیست، تا حدی که فرعون هم به این بیماری مبتلا بوده و یکی از ویژگی های طبیب مشهورش، سینوهه، توانایی درمان درد سنگ گرده بوده است. با پیشرفت علم طبابت، درمان های پیشرفتهتری برای این بیماری کشف و ابداع شده که سنگ گرده را جزو بیماری های ساده دنیا کرده است. اما هنوز هم درد سنگ گرده اگر نگویم طاقت فرساترین اما دست کم یکی از وحشتناکترین دردهایی است که تاکنون بدن انسان تحمل کرده است. اگر از نزدیکان یا آشنایان شما کسی به این بیماری دردتناک مبتلا شده باشد می توانید از او بپرسید که چگونه دردهای سنگین آن را تحمل کرده و چگونه آنرا تحمل کرده است.	سنگ گرده چیست و خطرش برای شما چقدر جدی است؟	Kidney stone



سنگ گرده بیماری جدیدی نیست، تا حدی که فرعون هم به این بیماری مبتلا بوده و یکی از ویژگی های طبیب مشهورش، سینوهه، توانایی درمان درد سنگ گرده بوده است.

با پیشرفت علم طبابت، درمان های پیشرفتهتری برای این بیماری کشف و ابداع شده که سنگ گرده را جزو بیماری های ساده دنیا کرده است. اما هنوز هم درد سنگ گرده اگر نگویم طاقت فرساترین اما دست کم یکی از وحشتناکترین دردهایی است که تاکنون بدن انسان تحمل کرده است.

اگر از نزدیکان یا آشنایان شما کسی به این بیماری دردتناک مبتلا شده باشد می توانید از او بپرسید که چگونه دردهای سنگین آن را تحمل کرده و چگونه آنرا تحمل کرده است.

به گفته متخصصان، سنگ گرده می تواند بدون علامت باشد تا زمانی که گرده را از کار ببندازد. یعنی ممکن است گرده سنگ بسازد، علائم هم ندهد و کسی هم متوجه نشود و در نهایت روزی گرده را نارسا کند. اما یکی از مهم ترین علائم سنگ گرده درد است. این درد معمولاً شبها شروع می شود و فرد را از خواب بیدار می کند. در واقع درد سنگ گرده شدید و غیرقابل تحمل است.

به گفته این متخصصان: معمولاً سنگ وقتی می خواهد دفع بشود، درد ایجاد می کند و وقتی جایش ثابت شد، درد از بین می رود، به عبارتی وقتی درد سنگ گرده از بین رفت، مفهوم دفع سنگ نیست.

یعنی وقتی درد شروع شد و بعد تسکین پیدا کرد، باید تکلیف سنگ مشخص شود و نباید بیمار فکر کند که چون دیگر درد ندارد پس همه چیز خوب شد و سنگ از بین رفت. باید به کمک سونوگرافی و عکس رادیولوژی مخصوص گرده و مجاری ادرار، این سنگ پیگیری شود.

اینکه چرا سنگ گرده ایجاد می‌شود؟ چرا در یک گرده بیشتر از دیگری سنگ تولید می‌شود؟ چرا بعضی بیشتر و بعضی کمتر سنگ گرده دارند؟ سئوالاتی هستند که هنوز بطور مشخص جواب آنها پیدا نشده است. اما در این زمینه نظریه‌هایی وجود دارد. مثلاً "اگر غلظت مواد داخل ادرار زیاد شود، می‌تواند زمینه ساز سنگ گرده شود یا در برخی موارد زمینه‌های ارثی برای تشکیل سنگ مطرح است که استعداد فرد را در ابتلا به سنگ گرده افزایش می‌دهد. شایع‌ترین نوع سنگ گرده، سنگ‌های کلسیمی هستند. شاید حدود ۸۰ تا ۸۵ درصد از انواع سنگ‌های کلیوی سنگ‌های کلسیمی هستند. این سنگ‌های کلسیمی هم عموماً به صورت نمک‌های کلسیم هستند. یعنی مثلاً "اگزالات کلسیم یا فسفات کلسیم، بعد از سنگ‌های کلسیمی، سنگ‌های عفونی، اسید اوریک و سایر انواع سنگ‌ها شیوع دارند. ولی اکثر افرادی که گرفتار سنگ گرده می‌شوند، در واقع گرفتار سنگ‌های کلسیمی هستند. این کلسیم ممکن است بیش از حد از روده جذب شود. ما در طول روز حدود هزار میلی گرم کلسیم مصرف می‌کنیم که از این مقدار چیزی حدود یک سوم جذب می‌شود. اگر این میزان جذب به هر دلیلی افزایش یابد، مثلاً "میزان کلسیمی که مصرف می‌کنیم زیاد باشد، می‌تواند باعث تشکیل سنگ شود. ممکن است میزان کلسیمی که از طریق گرده دفع می‌شود به دلیل یک بیماری افزایش یابد. تقریباً تنها چیزی که پزشکان توصیه می‌کنند که بیماران سنگ گرده از آن پرهیز کنند، نمک است. یکی از مواد غذایی که باعث تولید سنگ می‌شود، نمک است. البته ما سنگ نمک که نداریم ولی نمک عاملی است که به ساخته شدن سنگ‌های کلسیمی کمک می‌کند. نمکی که از روده جذب می‌شود، از طریق گرده باید دفع شود. بر اساس جنس، اندازه و محل سنگ گرده تصمیم گرفته میشود که برای بیمار چه روش درمانی اتخاذ گردد. اما یک نکته مهم را باید در مورد درمان سنگ گرده اینست که تقریباً "امروزه دیگر جراحی باز گرده در درمان سنگ گرده لزومی ندارد، مگر در موارد بسیار خاص که خیلی هم نادر هستند. یعنی در حال حاضر در همین کشور خودمان به راحتی می‌توان سنگ‌های گرده را با روش‌هایی مثل سنگ شکن و جراحی مختصر یا همان PCN درمان کرد.

د پانو شمیره: له 2 تر 2

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پټه له مور سره اړیکه ټینگه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلیکنی د لیکنیزې بنې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیولو مخکې په څیر و لولئ