

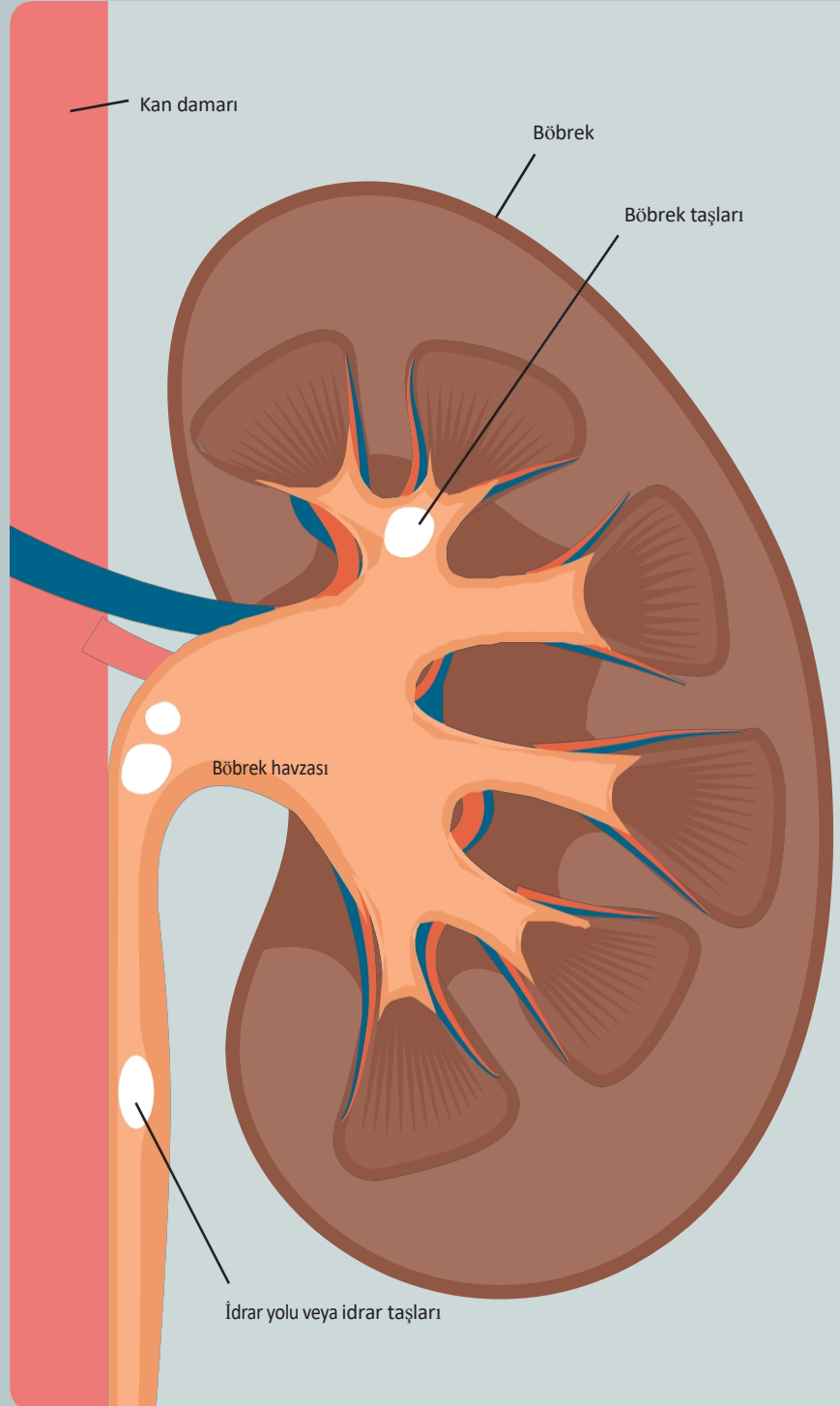
Böbrek taşlarının neden olduğu cehennem azabı:

Bakım müşterilerinize yardımcı olacak 5 ipucu

Bakım müşterilerinizden biri de böbrek kolik geçirdi mi? O zaman, bu durumdan muzdarip kişilerin genellikle şiddetli ağrı çektiğini biliyorsunuzdur. Bu yazıda, bakım müşterilerinizden biri böbrek, idrar yolu veya idrar taşlarından muzdaripse, bakım sırasında nelere dikkat etmeniz gerektiğini öğreneceksiniz.

Böbrek, üreter veya idrar taşları

Böbrek taşları, böbrek pelvisinde oluşan küçük, sert birikintilerdir. Normalde idrarda çözünmüş olan ve idrarla vücuttan atılan mineral tuzlarından oluşurlar. Konsantrasyonları çok yüksek olduğunda, yüzeylerinde giderek daha fazla tuz biriken kristaller oluştururlar ve böylece farklı büyüklükte taşlar oluşur. Bunlar üretere ulaşırsa, üreter veya idrar taşları olarak adlandırılır.

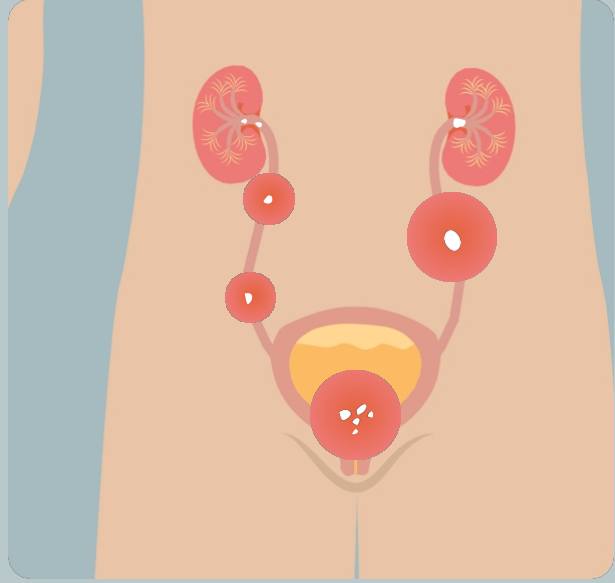




Her taş ağrıya neden olmaz

Böbrek, üreter veya idrar taşlarının rahatsızlığa neden olup olmadığı, taşın tam olarak nerede bulunduğu ve büyüklüğüne bağlıdır.

- **Küçük taşlar** böbrek pelvisinden üreterlere ve oradan da mesaneye hızla ulaşır. Bu sırada böbrek pelvisini ve üreterlerin iç duvarlarını tahriş ederler. Bu da idrarın rengini değiştiren noktasal kanamalara neden olabilir. Rahatsızlıklar genellikle ağrı kesiciler, yeterli sıvı alımı ve sabırla taşlar atılana kadar hafifletilebilir.
- **Daha büyük taşlar** böbrek pelvisinin çıkışında sıkışabilir veya üreterden yavaşça geçebilir. Bu durum şiddetli ağrı, idrar tıkanıklığı ve böbrek kolikine neden olur. Boyutuna bağlı olarak, kasları gevşeten ilaçlar taşların atılmasını destekleyebilir. Ancak bazen ses dalgaları ile parçalama veya cerrahi müdahale gerekebilir.



Bu semptomlar ortaya çıkar

- Birçok insan, herhangi bir rahatsızlık yaratmayan böbrek taşlarına sahiptir. Bazen hastalar böbrek bölgesinde veya böbrek çevresinde (genellikle yanlarda) hafif bir çekilme hissedebilirler, ancak bunu hemen bir taşla ilişkilendirmezler. Bir taş böbrek pelvisini tıkadığında veya idrar yolundan geçtiğinde ancak fark edilir.
- Ana semptom, hafif bir rahatsızlıktan şiddetli, kramp benzeri ağrılara kadar değişen ağrılardır. Taşın konumuna bağlı olarak, bu ağrılar karın, sırt veya yanlarda hissedilebilir.

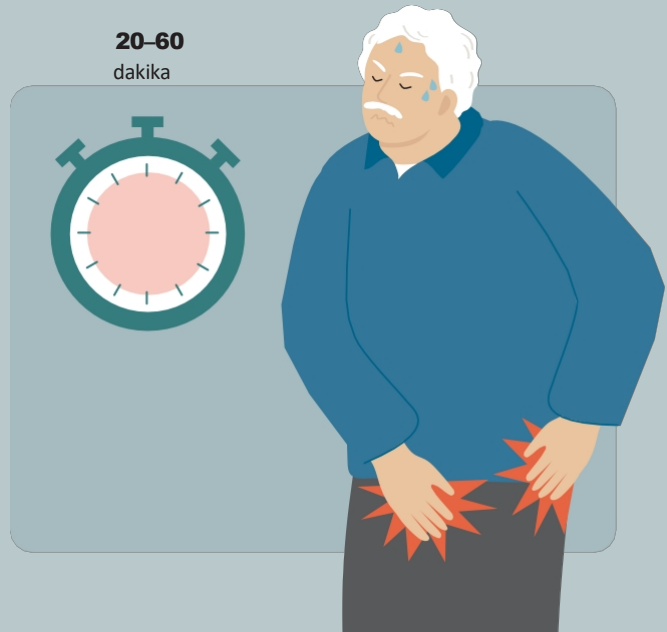


Böbrek kolik: Şiddetli ağrı

Bir taş, idrar yolundaki bir darlıktan geçtiğinde, örneğin böbrek pelvisinden idrar yoluna geçişte veya idrar kesesine girerken, ağrı özellikle şiddetli hale gelir. Tipik olarak, yan tarafta aniden başlayan, nöbet benzeri ağrılar görülür ve bu ağrılar alt karın bölgesine yayılabilir. Bu böbrek kolik olarak adlandırılan durum 20-60 dakika sürebilir.

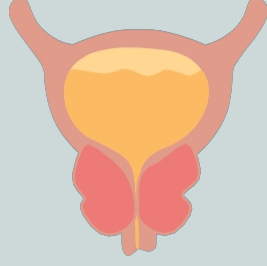


NOT: Birçok semptom, idrar yolu enfeksiyonları, böbrek yetmezliği veya başlangıç aşamasında idrar kaçırma gibi başka hastalıkların da belirtisi olabilir.



Böbrek taşları için risk faktörleri şunlardır

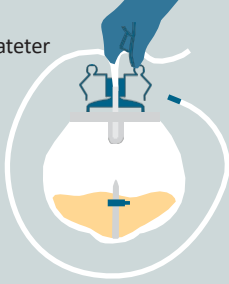
İdrar akış bozuklukları
Örneğin prostat büyümesi, nörojenik mesane boşaltma bozukluğu, nörolojik hastalıklar (örneğin MS), idrar yolu enfeksiyonu



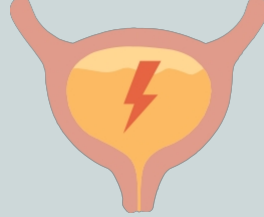
Kemiklerden kana kalsiyum salınımının artmasına neden olan osteoporoz



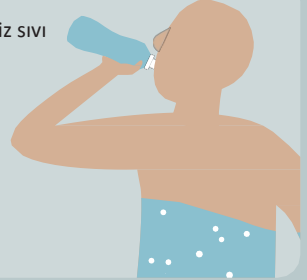
Sürekli kateter



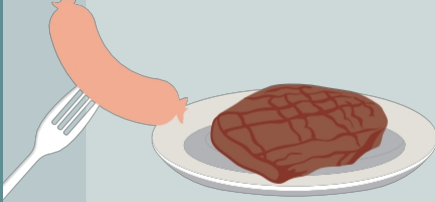
Mesane yaralanmaları



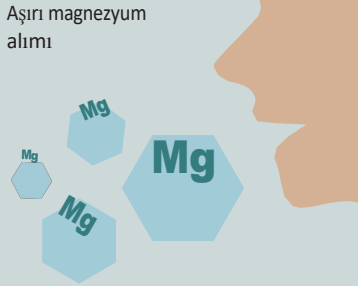
Yetersiz sıvı alımı



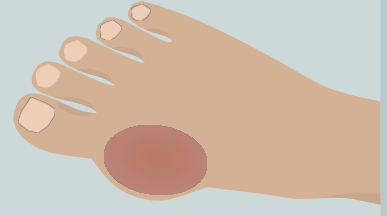
Et ve süt ürünleri ağırlıklı tek taraflı beslenme



Aşırı magnezyum alımı



Gut



Böbrek taşlarının belirtileri şunlardır

- İdrarda kan
- Taş idrar akışını engellediğinde idrar miktarında azalma
- Böbrek bölgesinde ani ve dayanılmaz ağrı, sıklıkla dalgalı ve kramp şeklinde
- Ağrı bazen cinsel organlara, mesaneye ve sırtta yayılır.
- Kambur duruş
- İdrar yapma dürtüsü, ağırlı idrar damlaması
- Böbrek bölgesinde baskı ağrısı
- Baş ağrısı
- İştahsızlık, mide bulantısı ve kusma, kabızlık
- Artan hareket etme dürtüsü
- İdrar yaparken ağrı





Yan bölgeler – tipik bir ağrı bölgesi

Yan bölgeler, sırtın yan kısımları, yani

alt kaburgalar ve pelvik kemik arasındaki sırtın yan bölgeleri. Böbrekler bu bölgede bulunur. Bu nedenle, bu bölgedeki ağrılar genellikle böbrek taşları, enfeksiyonlar veya iltihaplanmalar gibi böbrek hastalıklarıyla ilişkilendirilir. Ancak, kas veya ortopedik nedenleri de olabilir.

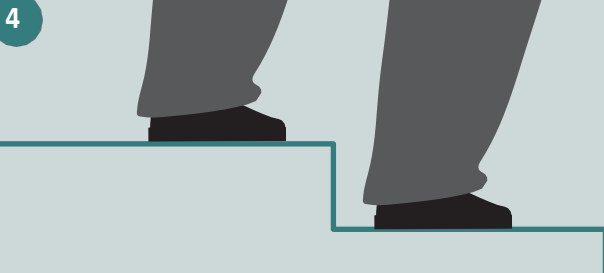
Bu 5 önlemlle bakım müşterinize yardımcı olabilirsiniz

- 1 Ağrıyı ciddiye alın:** Kolik benzeri şikayetler durumunda, derhal bir bakım uzmanına veya PDL'ye haber verin, onlar da doktorla iletişime geçsin. Doktor, bakım müşterinizin hastaneye yatırılması gerekip gerekmediğine veya ilk etapta ağrı kesici ve gözlem yeterli olup olmadığına karar verir.



- 2 Sıvı alımını teşvik edin:** Bakım müşterinizin gün boyunca yaklaşık 2,5 litre sıvı almasını sağlayın – kontrendikasyon yoksa. Bakım uzmanı bunu doktorla görüşmelidir.

- 3 Rahatlatıcı pozisyon sunun:** Bakım hastanızın kendisi için rahat bir pozisyon almasına yardımcı olun.



- 4 Hareket etmesini teşvik edin:** Mümkünse, bakım müşterinizi harekete geçirin – merdiven çıkmak taşın atılmasını kolaylaştırabilir.

- 5 Isıyı hedefli olarak kullanın:** Isı uygulamalarını (örn. sıcak su torbası) sadece doktorla görüşükten sonra yapın, çünkü ısı iltihaplı süreçlerde kontrendikedir.

