مراقبت های لازم بعد از عمل tul

* مصرف ۶ تا ۸ لیوان آب در منزل
* هرگز ادرار خود را نگه ندارید و در طول شبانه روز مرتب ادرار داشته باشید.
* پرهیز از فعالیت شدید و سنگین تا زمانیکه پزشک به شما اجازه دهد.
* شما می توانید راه بروید و از پله بالا بروید.
* شما می توانید روابط جنسی خود را برقرار کنید.
* ممکن است ادرار شما خونی باشد که با مصرف مایعات بهبود می یابد. ادرار خونی تا دو هفته بعد از جراحی طبیعی است.
* شما برای شروع مجدد مصرف آسپرین، وارفارین، پلاویکس، ایندومتاسین، دیکلوفناک و بروفن نیاز به مشورت با پزشک معالج خود دارید.
* در صورت تعبیه دبل جی (لوله حالبی که قابل دیدن نیست، ۳ تا ۶ هفته در بدن می تواند باقی بماند و گاهی با نظر پزشک حتی تا ۳ ماه) گاهی بیمار دچار تکرر ادرار، سوزش ادرار و خون در ادرار می شود که به مرور زمان با مصرف مایعات بیشتر بهبود می یابد و حتماً بیمار باید برای خروج لوله دبل جی پیگیری نماید. در غیر اینصورت دبل جی باعث عفونت یا تشکیل مجدد سنگ می شود.

در صورت بروز تب و لرز، خون بسیار شدید و غلیظ در ادرار و یا قطع ادرار فوراً به پزشک مراجعه گردد.

عوارض استفاده از دبل جی

از رایج ترین عوارض استفاده از سوند دبل جی می توان به موارد زیر اشاره کرد:

* تکرر ادرار
* تخلیه زودهنگام ادرار
* مشاهده خون در ادرار
* ترشحات ادراری
* درد کلیه، مثانه و یا کشاله ران در حین ادرار کردن یا مدتی پس از آن

شایان به ذکر است که تمامی این عوارض موقت بوده و مدتی بعد از برداشتن استنت برطرف می شوند.

مراقبت های بعد از خروج دبل جی

در زمانی که فرد استنت را در بدن خود دارد، باید از انجام فعالیت های ورزشی سنگین، جست و خیز و پریدن خودداری کند. همچنین فرد بهتر است مصرف مایعات را در خود افزایش دهد و طی فاصله های معین مثانه خود را خالی کند، انجام این کار به کمتر شدن درد هنگام ادرار کردن کمک می کند. برای رفع درد فرد می تواند از مسکن های تجویز شده توسط پزشک معالج استفاده کند.

رژیم غذایی در مبتلایان به سنگ های ادراری

* بدون در نظر گرفتن نوع سنگ و علت آن، مصرف مایعات فراوان (بهترین مایع آب) جهت جلوگیری از غلیظ شدن ادرار و در نتیجه ایجاد سنگ کلیه توصیه می شود. ولی بهتر است از مصرف آب جوشیده شده خودداری نمایید. آبهای تصفیه شده در مناطقی که آب شرب مناسب ندارند، مناسب می باشد.
* رژیم غذایی شما بهتر است بی نمک باشد و از مصرف غذاهای آماده بیرون، خیارشور، کنسروها، چیپس و پفک پرهیز کنید.
* از روغن های جامد و حیوانی استفاده نکنید.
* از مصرف دلستر و ماءالشعیر پرهیز نمایید.
* اغلب بیماران محدودیت مصرف لبنیات ندارند. در طول شبانه روز می توانید تا ۴ لیوان شیر، ۳ لیوان ماست و مقدار ۴ گرم پنیر بی نمک استفاده کنید و دقت کنید چربی شیر و ماست بیشتر از ۱۵% نباشد و بهتر است از پنیر شور استفاده نشود.
* در صورت داشتن نمونه سنگ و آزمایش آن و تشخیص نوع سنگ برای گرفتن رژیم غذایی مناسب با نوع سنگتان به متخصص تغذیه مراجعه کنید.
* جهت پیشگیری از تشکیل مجدد سنگ مصرف روزانه آب لیمو ممکن است کمک کننده باشد.