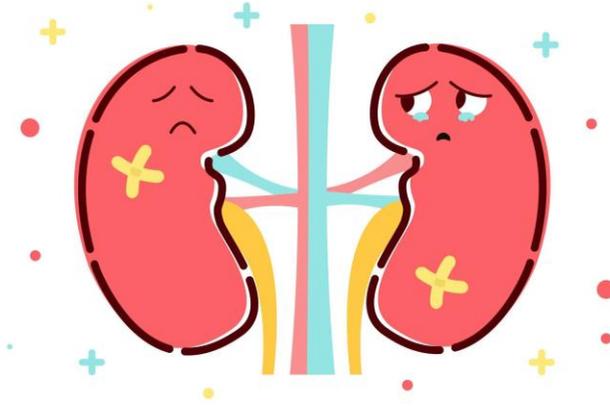




مدينة الملك فهد الطبية  
King Fahad Medical City

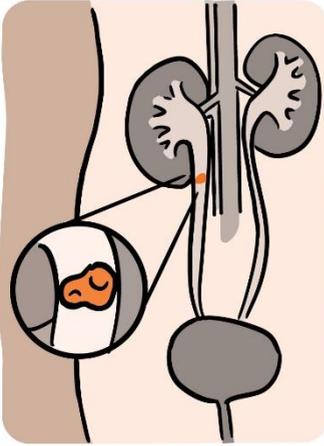


## حصى الكلى والمسالك البولية لدى الأطفال

## Kidney Stones & Urinary Tract in Children

## حصى الكلى والمسالك البولية:

هي الحصوات الصلبة الناتجة عن ترسبات المعادن والأملاح والأحماض المعدنية التي تتشكل في الجهاز البولي.



### أعراض حصى الكلى:

قد لا تسبب حصوات الكلى أعراض إلى أن تتحرك داخل الكلى أو تمر في الحالب "الأنبوب الذي يربط بين الكلى والمثانة"

عند هذه النقطة، قد يواجه الطفل هذه العلامات والأعراض:

ألم عند التبول

الألم الذي يمتد  
إلى أسفل  
البطن والفخذ

ألم شديد في  
الجنب والخلف،  
تحت الضلوع

قلة التبول أو  
احتباس البول

تكرار التبول

استفراغ  
وغثيان

ظهور دم في  
البول

## الأسباب:

حصى الكلى والمسالك البولية في كثير من الأحيان ليس له سبب محدد، على الرغم من أن العديد من العوامل قد تزيد من احتمالية الإصابة به.

يتشكل حصى الكلى والمسالك البولية عندما يحتوي البول على المزيد من المواد التي لا يستطيع البول إذابتها -مثل "الكالسيوم والأوكسالات وحمض اليوريك" في الوقت نفسه، قد يفتقر البول إلى المواد التي تمنع البلورات من الالتصاق معًا، مما يؤدي لخلق بيئة مثالية لتشكل حصى الكلى.

## العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بحصى الكلى تشمّل:

- **التاريخ العائلي أو الشخصي:** إذا كان شخص ما في عائلتك لديه حصى الكلى، وإذا سبق وأن أصيب الطفل بحصى الكلى مرة أو أكثر.
- **الجفاف:** فعدم شرب كمية كافية من الماء كل يوم يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بحصى الكلى. الأشخاص الذين يعيشون في المناخات الدافئة

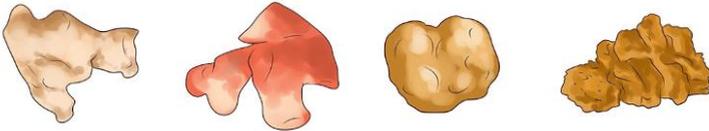
وأولئك الذين يتعرقون كثيراً قد يكونون أكثر عرضة  
من غيرهم.

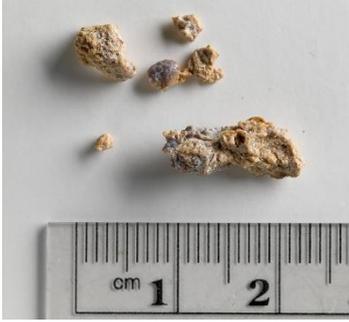
- **النظام الغذائي:** تناول كمية عالية في البروتين والصوديوم (الملح) قد يزيد من خطر بعض أنواع حصى الكلى.
- **زيادة الوزن والسمنة.**
- **أمراض الجهاز الهضمي:** كمرض التهاب الأمعاء أو الإسهال المزمن التي تؤثر على امتصاص الكالسيوم والماء، وزيادة مستوى مواد تكون الحصوات في البول.

## التشخيص:

إذا اشتبه الطبيب المعالج بوجود حصى لدى الطفل، قد يقوم ببعض الإجراءات التشخيصية، مثل:

- **فحص الدم:** قد تكشف اختبارات الدم عن ارتفاع مستوى الكالسيوم أو حمض اليوريك في الدم. نتائج فحص الدم تساعد على مراقبة صحة الكليتين وقد تقود الطبيب للتحقق من الحالات الطبية الأخرى.
- **اختبار البول:** قد يتطلب عمل اختبار لجميع البول لمدة ٢٤ ساعة.
- **التصوير الطبي:** قد تظهر اختبارات التصوير حصى الكلى في المسالك البولية.
- **فحص نوعية الحصى في حالة خروجها من البول.**





## العلاج:

تعتمد كيفية علاج حصى الكلى على نوع الحصى وسببها. وهنا بعض منها:

الحصى الصغيرة ذات الأعراض البسيطة، ويتضمن

علاجها ما يلي:

- شرب الماء بكثرة، فشرب كمية كافية من الماء يومياً يساعد في غسل الجهاز البولي.
- استخدام الأدوية المسكنة، فقد يوصي الطبيب باستخدام مسكنات الألم إن كان بسيطاً أو معتدلاً. ويذكر أن الطبيب قد يصف دواء للمساعدة في تمرير حصى الكلى الذي يقوم بإرخاء عضلات الحالب، مما يساعد على تمرير حصى الكلى.

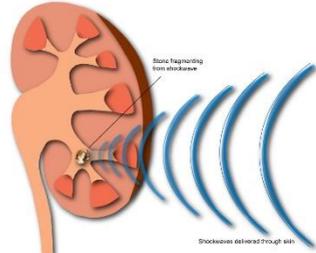
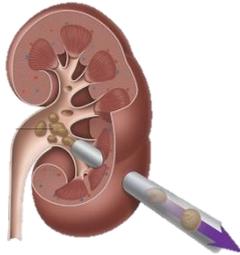
## الحصى الكبيرة، ويتضمن علاجها ما يلي:

قد تحتاج حصى الكلى التي لا يمكن معالجتها مع الإجراءات التحفظية، لأنها لا تمر من تلقاء نفسها ولأنها قد تسبب النزيف أو انسداد الحالب أو التهابات المسالك البولية المتكررة، إلى معالجة أكثر شمولاً. ويمكن أن تشمل الإجراءات ما يلي:

استخدام الموجات الصوتية لتفتيت الحصى.

الخضوع لعملية جراحية.

استخدام المنظار لإزالة الحصى.



## الوقاية من حصى الكلى:

### شرب الكثير من الماء



الأشخاص المصابين سابقاً أو المعرضين للإصابة بحصى الكلى يتوجب عليهم شرب ما يكفي من السوائل لمنع تشكل حصى الكلى لديهم من جديد حيث يقوم ذلك بتخفيف ترسبات الأملاح في الكلى ويمنع تراكمها ويجب زيادة كمية الماء الاعتيادية خصوصاً عند التعرض للأجواء الحارة والتعرق الشديد.

### تجنب الصودا (المشروبات الغازية)



تشير الأدلة إلى أن تناول الصودا يزيد من فرص تشكل حصى الكلى والمسالك البولية بسبب غناها بحمض الفوسفوريك الذي يجعل البول أكثر حامضية لذا يتوجب الابتعاد عن هذه المشروبات أو تخفيفها قدر المستطاع.

## تجنب الأطعمة الغنية بالأوكزالات

تحتوي بعض الأطعمة على الأوكزالات كالباميا والسبانخ والبطاطا الحلوة وغيرها حيث تزيد هذه المادة من خطر تشكل الحصى في الكليتين وتحتوي مواد أخرى على الأوكزالات مثل الشوكولاتة ومنتجات الصويا لذا ينصح بتجنبها أيضاً.

## تقليل الأملاح والبروتينات الحيوانية:



ينصح باختيار نظام غذائي منخفض الأملاح والصوديوم كما يجب تخفيف تناول البروتين الحيواني مثل اللحوم الحمراء والدواجن والبيض لأن يسهم في رفع



مستويات حمض اليوريك في البول كما أن الأملاح تؤدي لرفع مستويات إفراز الكالسيوم في البول مما قد يدفع لتشكل الحصى في الكلى.

## تناول الكالسيوم طبيعيًا:

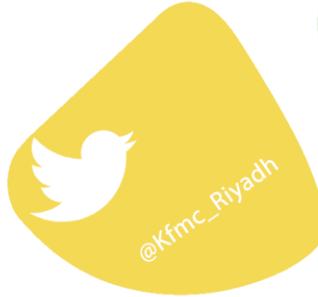
عدم تقليل الأغذية الغنية بالكالسيوم ولكن يجب تجنب تناول مكملات الكالسيوم.

اتباع هذه النصائح البسيطة وإدخالها في نمط حياة الطفل ونظامه الغذائي سوف يساعد بشكل كبير على الوقاية من تشكل حصي الكلى.

# لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

شعبة التثقيف الصحي قسم الكلى



HEM2.18.000641

