

SỞ Y TẾ KHÁNH HOÀ
BỆNH VIỆN ĐA KHOA KHU VỰC NINH HOÀ

TRUYỀN THÔNG GIÁO DỤC SỨC KHOẺ SỎI TIẾT NIỆU
(Kèm theo Quyết định số 192 /QĐ-BVNH ngày 11 tháng 7 năm 2024)

I. SỎI TIẾT NIỆU LÀ GÌ?

- Hệ tiết niệu của con người gồm hai thận, hai niệu quản hai bên, bàng quang và cuối cùng là niệu đạo. Khi sỏi xuất hiện tại bất kỳ vị trí nào của hệ tiết niệu nghĩa là đã mắc sỏi tiết niệu. Như vậy sỏi tiết niệu bao gồm sỏi thận, sỏi niệu quản, sỏi bàng quang và sỏi niệu đạo.

II. TRIỆU CHỨNG KHI MẮC SỎI TIẾT NIỆU?

- Đau: là biểu hiện hay gặp nhất, hay gặp ở vùng thắt lưng. Đau có thể âm ỉ kéo dài hoặc thành cơn đột ngột dữ dội, lan ra phía trước và xuống vùng bẹn sinh dục. Cơn đau có thể xuất hiện tự nhiên, nhưng thường sau vận động gắng sức, cơn đau kéo dài vài phút, có thể tự hết hoặc cần sự hỗ trợ của thuốc.

- Bất thường về đi tiểu: bệnh nhân có thể đái buốt (đái buốt cuối bãi đái hay đái buốt toàn bộ bãi đái), đái ngắt ngừng (đang tiểu bỗng nhiên bị ngừng lại, thay đổi tư thế lại tiểu được tiếp), đái khó, bí đái hoàn toàn, đái đục, đái máu (có thể nước tiểu có màu hồng đỏ hoặc chỉ phát hiện được hồng cầu trong nước tiểu nhờ xét nghiệm).

- Bệnh nhân có thể có sốt do nhiễm khuẩn.

III. TÁC HẠI CỦA SỎI TIẾT NIỆU?

Sỏi tiết niệu gây ra nhiều biến chứng nguy hại:

- Sỏi di chuyển, cọ xát vào niêm mạc đường niệu gây phù nề, chảy máu, là điều kiện thuận lợi cho vi khuẩn xâm nhập, gây viêm đường tiết niệu.

- Sỏi kẹt lại ở vị trí hẹp, gây bí đái cấp hoặc mạn.

- Chức năng thận của bệnh nhân có thể bị suy giảm, khiến bệnh nhân bị suy thận cấp hoặc mạn.

IV. CÁCH PHÒNG TRÁNH SỎI TIẾT NIỆU?

Để phòng tránh sỏi tiết niệu, mỗi người nên thực hiện lối sống lành mạnh, chế độ ăn lành mạnh kết hợp tập luyện hợp lý:

- Uống đủ nước mỗi ngày
- Giữ vệ sinh tốt, tránh nhiễm khuẩn tiết niệu
- Tránh thói quen nhịn tiểu
- Chăm vận động, tập luyện thể dục thể thao.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Hà Hoàng Kiệt (2010), sỏi đường niệu. Bệnh viện 103