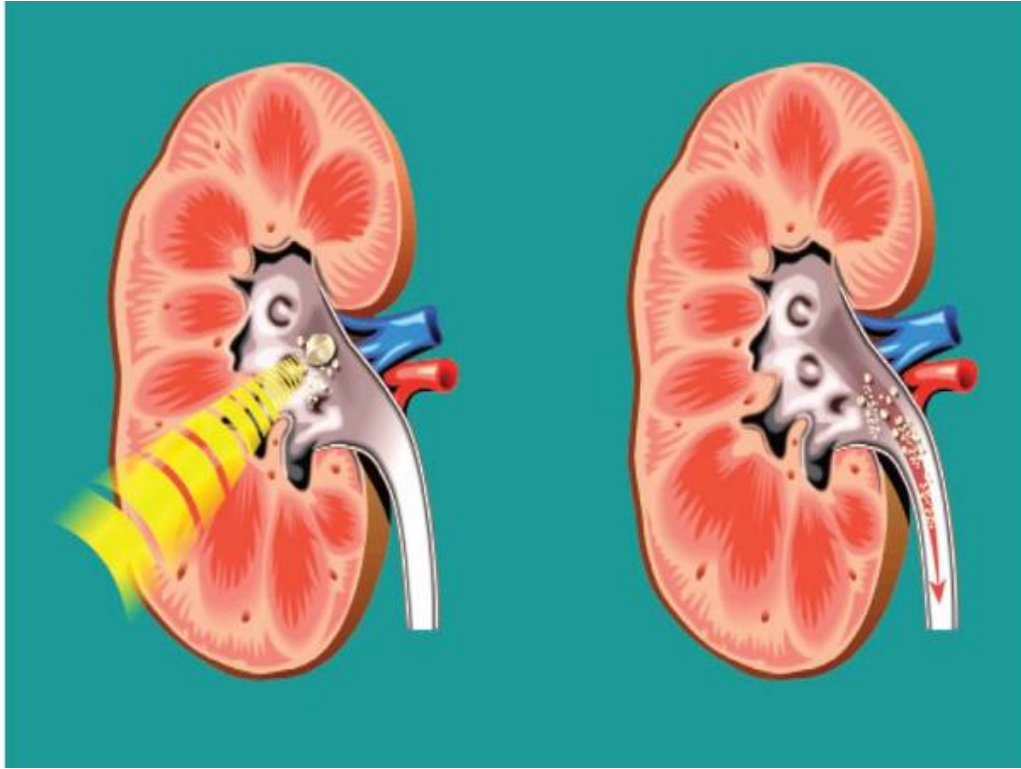


المغص الكلوي.. ألم مبرح وحلول سهلة



عرض المغص الكلوي تجربة مريرة عاشها بعض الناس، فهو نوع من الألم الشديد يصيب الإنسان في منطقة الكليتين، ويسبب هذا المغص نوعاً حاداً من الألم والوجع، لا يستطيع المصاب في كثير من الحالات تحمله، ما يؤدي إلى صراخ متواصل واستغاثة من المريض، ويجعله يلجأ إلى الطبيب لتناول جرعة من المسكنات لوقف هذا الشعور بالألم الشديد، وبعد ذلك تبدأ مرحلة علاج المغص نفسه، وهذا المغص المتكرر يؤثر بشكل سلبي في أداء ومهام الكليتين، وقد يكون هذا الألم الحاد في جهاز الكلى والمسالك البولية، ويصاب بعض الأشخاص بالمغص الكلوي في فصل الشتاء، نتيجة نوبة من البرد التي تصيب إحدى الكليتين أو الاثنتين معاً، ما يسبب ألماً مبرحاً في الكلى، وبعض حالات الإصابة تكون في فصل الصيف، حيث الجو الحار والرطب، فيحدث نتيجة العرق الغزير وخاصة في منطقة أسفل الظهر، نتيجة الجلوس لأوقات كبيرة على مقعد قيادة السيارة أو في العمل، ومع الحركة والتعرض لبعض الهواء البارد أو تيار هواء بعد الخروج من السيارة يلامس الملابس المبللة من العرق، فسرعان ما تتأثر الكلى بهذا البرد، إضافة إلى خروج الكثير من الماء من خلال التعرق، ما يزيد من الأملاح في الكليتين، مع البرد يحدث مغص كلوي شديد، وقد تتعرض الكلى لحالات من البرد المزمن، فيصاب الشخص بمغص متكرر خلال العام الواحد يقرب من الإصابة أربع مرات أو أكثر. في بعض حالات الإصابة بالمغص الكلوي تكون ناتجة عن تركيز وزيادة في الأملاح الموجودة بالكلى، فهذه الأملاح قد

تترسب على هيئة بلورات صغيرة وعندما تتحرك مع البول تسبب انسداد مجرى البول، ما يحدث آلاماً وأوجاعاً في الكليتين، وكثير من الأحيان يحدث المغص بسبب تكون الحصوات الصغيرة بسبب بعض الأطعمة والمشروبات التي تساعد على تكوين هذه الحصوات، وكذلك قد يصاب بعض الأشخاص بسبب عدم تناول كميات كافية من المياه، حيث يجلسون في أماكن مكيفة لفترات طويلة في العمل ولا يشعرون بالعطش، مما يؤدي أيضاً إلى تركيز الأملاح في الكلى، فالماء ضروري لمنع الإصابة بالمغص الكلوي، ويصف بعض المصابين بهذا المغص بأنه حالة من الألم الداخلي الذي لا يطاق، ويشعرون بأن الكلى تحولت إلى كتلة من الحجر الصلب، لا يستطيعون التنفس بحرية ولا بشكل طبيعي، لأن التنفس يسبب لهم الألم مع كل نفس يأخذونه، ولا ينتهي هذا الألم إلا بعد أن تبدأ الكلى في فك هذا التحجر والشد العضلي غير الطبيعي في منطقة الكلى.

وتشير بعض الدراسات إلى أن المغص الكلوي ينتج بصورة أساسية بسبب تكون الحصى في منطقة الكلى بما تتضمن هذه المنطقة من الكليتين والحوض والحالب، فهذه الأجزاء معرضة لتكون الحصوات بداخلها، والحالب عبارة عن أنبوب عضلي وظيفته نقل البول من الكليتين إلى المثانة، وتتكون حصى الكلى عندما تزيد كمية الأملاح المتنوعة بتركيز كبير، ثم تتحول هذه الأملاح إلى بلورات صغيرة من المعادن المذابة في البول الموجود في المسالك البولية أو الكلى، وتؤدي تجمع هذه البلورات إلى حدوث انسدادات في الجهاز البولي والكلى، كما يسبب أضراراً كبيرة في وظائف الكليتين، وتبدأ الحصوة من أجسام صغيرة يمكن أن تخرج مع البول إلى خارج الجسم من دون إحداث أي نوع من المشاكل، ولكن عند تجمعها تصل إلى حصوة كاملة تسبب ألماً حاداً، وأحياناً قد تظل الحصوة في جسم المصاب لمدة طويلة تصل إلى سنوات، ولا تسبب له ضرراً إلا عند تحركها وسد مجرى البول، لأن المغص ينجم عن محاولة الجسم لطرد هذه الحصوة (الجسم الغريب) خارج الجهاز البولي من خلال المسالك البولية.

وتبين الدراسات أن الحصوات تسبب نوعاً من الالتهابات الشديدة داخل الجهاز البولي سواء الكلى أو الحالب، أي أن المغص الكلوي يمر بعدة مراحل، هي باختصار تراكم الأملاح غير المذابة والمعادن في شكل بلورات تنتج حصوات صغيرة، تتجمع هذه الحصوات وتتراكم فوق بعضها مكونة حصوة كبيرة أو عدة حصوات أكبر داخل الكلى أو في أي جزء من أجزاء الجهاز البولي، يؤدي ذلك إلى انسداد المجرى البولي مع حدوث بعض الالتهابات، ونتيجة لذلك يصاب الشخص بالمغص الكلوي الحاد، وما يتبعه من آلام شديدة وأوجاع لا تطاق، كما تكشف الدراسات عن الأسباب الأخرى للإصابة بالمغص الكلوي، ومنها بعض الأمراض والإجهاد الذي قد يصيب الكليتين، تناول بعض الأطعمة الملوثة أو التي تحتوي على نسبة كبيرة من الأملاح ترهق الكليتين في العمل على تنقية هذه الأملاح وقد يصعب التخلص من هذه الأملاح بصورة نهائية فتترسب مكونة حصوات، ومن الأسباب أيضاً حدوث نوع من الالتهابات داخل حوض الكلى مع وجود صديد أو دم متخثر، يجعل من الطبقة الداخلية المبطنة لحوض الكلى متضخمة، وقد تعوق عملية التبول أو تسبب انسداداً كلياً في مجرى البول، وأيضاً يحدث نفس الشيء عند وجود ورم في الحالب أو الكلى، وأيضاً وجود بعض الدماء المتجلطة والمتجمدة في المسالك البولية فيعمل عمل الحصوات في سد هذه المجاري البولية، ومن الأسباب عدم تناول مياه غير كافية لأنه يضر بعمل الكلى، وأيضاً ارتفاع درجة حرارة الجسم أيضاً يمكن أن تسبب مغصاً كلياً. كما توضح بعض الدراسات الفرق بين المغص الكلوي والألم الكلوي، فالمغص الكلوي عبارة عن انقباض شديد داخل العضلات الموجودة في حوض الكلى، للمساعدة على نقل البول عبر المجاري البولية، ومحاولة لدفع الانسداد أو الحصوات إلى الخارج لفتح الممر البولي، أو أي مسبب آخر لهذا الانسداد، أما حالات الألم الكلوي فهي إحساس ببعض الألم والأوجاع الأقل من المغص الكلوي، نتيجة الضغط المتزايد على حوض الكلية، الناجم عن امتلاء حوض الكلية عن آخره بالبول، فينتفخ بصورة كبيرة ويجعله يضغط على الكليتين من الخارج محدثاً بعض الألم، وبالتالي المغص مختلف عن الألم الكلوي، فهو ناتج عن انقباض عضلات حوض الكلى والحالب في مقابل انسداد في مجرى البول، فيتحول هذا الانقباض إلى ألم يسمع في أنحاء الجهاز البولي، آلام المغص الكلوي هي من النوع الانقباضي

العنيف، التي تحدث على هيئة نوبات من الوجع المتلاحق، تأتي من الخلف إلى أحد جوانب الشخص تجاه الكلية المصابة بالمغص، ثم يمتد هذا الشعور بالألم ناحية الأمام تحت البطن بقليل، وفي بعض الحالات يصل الوجع إلى الأعضاء التناسلية، وحرقان في البول مع كثرة الشعور بالرغبة في التبول تكون على هيئة قطرات صغيرة من البول الذي قد يكون في بعض الأحيان مختلطاً ببعض الدماء.

وتعرض بعض الأبحاث مجموعة من الأملاح التي تسبب تراكمها وترسباً لهذه الأملاح مكونة للحصوات، مثل أملاح الأوكسالات وأملاح حامض البوليك التي تتجمع داخل نسيج الكليتين، وتؤدي إلى الإصابة بالالتهابات وتكوين الحصوات، وأملاح حامض البوليك توجد بوفرة عند الأشخاص المصابين بمرض النقرس، كما توجد بكميات كبيرة في الكثير من الأطعمة، ومنها الجمبري والسردين والبيض، والكبد والكلاوي والمخ، وفي الشيكولاته ومادة الكولا، وهذه الأملاح أحد أهم أسباب المغص الكلوي، وأملاح الأوكسالات توجد في الطماطم بصورة كبيرة، وكذلك توجد في المانجو والفراولة والسبانخ، ونلاحظ أن بعض الأشخاص عندما يتناولون الكثير من المانجو أو الفراولة يصابون فوراً بوجع في الكلية، لأن نسبة الأوكسالات فيها عالية، وتعمل على تكوين بلورات تسبب تكوين حصوات، ويحدث المغص الكلوي نتيجة الإصابة ببعض الالتهابات حول هذه الحصوات مسببة صديداً، أو عند تحرك هذه الحصوات داخل الكلى أو على أبواب الحالب أو في خلال طريقها من الحالب إلى المثانة، في كل هذه الخطوات تحدث ألماً ووجعاً، وذلك إضافة إلى عدم وجود بعض المواد التي تدخل ضمن تكوين سائل البول، ومهمتها منع ترسيب وتجميع هذه البلورات أو الحصوات، مما يسهل تراكمها وتكونها.

تباين الأعراض

تعرض بعض الدراسات الكثير من أعراض مرض المغص الكلوي، ومنها الشعور بألم قوي وشديد ومفاجئ ومتدرج على هيئة نوبات تزيد من الألم في أسفل الظهر، ينتقل إلى الجانب القريب من مكان الكليتين، ويمكن أن تشمل منطقة الخصر كلها، وهذا الإحساس من أكثر الأعراض ظهوراً، الشعور بحالة من تجمد الكليتين، وألم شديد أثناء التبول، مع تكرار عدد مرات التبول، وقد يصاب المريض برعشة تنتاب جسمه، ويحدث له ارتفاع في درجات حرارة الجسم في الحالات الصعبة، وبالرغبة في التقيؤ، وغالباً ما ينزل أثناء التبول بعض الدم مختلطاً بالبول رغم عدم وضوح ذلك للمريض، ويكون لون البول داكناً، إشارة إلى اختلاطه بالدم، وتنصح الكثير من الدراسات المصابين بمرض المغص الكلوي، وخاصة الذين يتكرر عندهم حدوث مثل هذا المغص بالتوجه إلى الطبيب المختص لمحاولة تشخيص الحالة جيداً، والقضاء على المسببات، لأن الخطورة كبيرة على الكليتين، وتؤدي إلى انخفاض وظائفها وليس بالمسكنات وحدها يتم حل المشكلة.