

## دستورالعمل های آمادگی برای کولونوسکوپی – آماده سازی دو (2) روزه کامل SUPREP + 7 روز MiraLAX روزانه لطفاً 10 روز قبل از عمل خود، با دقت مطالعه کنید.

اگر رفیق کننده خون (COUMADIN, PLAVIX و غیره)، انسولین یا داروهای دیابت دیگری مصرف می کنید، لطفاً به ما اطلاع دهید و برای دستورالعمل ها، با پزشک اصلی یا ارجاع دهنده خود مشورت کنید.

### اطلاعات عمومی اندوسکوپی

- روز عمل خود، آدامس نجوید یا آبنبات سفت نمکید.
- باید یک فرد بزرگسال مسئول برای همراهی کردن شما به خانه پس از عمل حضور داشته باشد. این فرد باید شما را در بخش اندوسکوپی تحویل بگیرد. اگر فرد بزرگسال مسئولی برای همراهی شما به خانه ندارید، عمل شما لغو خواهد شد.
- پس از عمل خود، نباید در مدت باقیمانده آن روز وسیله نقلیه موتوری برانید.
- نباید با تاکسی، Uber یا اتوبوس به خانه برگردید، مگر اینکه یک نفر بزرگسال مسئول همراه شما باشد.
- اگر برای شرکت بیمه شما معرفی نامه الزامی است، باید آن را با خود بیاورید. همچنین، لطفاً کارت(های) بیمه جاری، پرداختی مشترک (در صورت اطلاق) و کارت شناسایی عکس دار به روز خود را در روز عمل با خود بیاورید.
- مطب ما با شرکت بیمه شما تماس خواهد گرفت تا پوشش را تأیید کند و در صورت لزوم، مجوز قبلی برای عمل شما را کسب کند. با وجود این، مجوز قبلی ضمانت پرداخت نیست و مسئولیت هر گونه کاستنی، پرداختی مشترک، بیمه مشترک و/یا کلیه مخارج نقدی دیگر مختص طرح بیمه بر عهده شما خواهد بود.
- بسته به پیشینه خانوادگی، پیشینه شخصی، تشخیص های گوارشی قبلی یا یافته های حین کولونوسکوپی شما، ممکن است عمل شما پیشگیرانه یا تشخیصی تلقی شود. این موضوع فقط پس از اتمام عمل مشخص خواهد شد و بر مبنای یافته های معاینه شما خواهد بود. طبق تجربه ما، بسیاری از شرکت های بیمه کولونوسکوپی های پیشگیرانه و تشخیصی را به طور متفاوتی پوشش می دهند و در نتیجه، ممکن است پرداختی نقدی شما نیز متفاوت باشد. اگر درباره پوشش بیمه خود سؤالی دارید، لطفاً مستقیماً با شرکت بیمه خود تماس بگیرید.

اگر سؤال دیگری دارید، لطفاً در ساعات کاری عادی با مطب پزشک GI خود تماس بگیرید.

### دستورالعمل های آماده سازی

نه (9) روز قبل از تاریخ عمل:

1. **MiraLAX روزانه – باید یک بطری MiraLAX از هر داروخانه ای خریداری کنید.** این جزو داروهای بدون نسخه است و نیازی به نسخه ندارد.
  - a. لطفاً یک پیمانه (محلول در یک لیوان آب 8 اونس) روزانه یک بار به مدت 7 روز قبل از آماده سازی 2 روزه خود مصرف کنید.
  - b. از هر گونه سالاد یا غذاهای فیبر بالا شامل نان گندم، فندقی ها، دانه ها، ذرت بوداده و مکمل های فیبردار خودداری کنید.
  - c. نسخه های داروهای آماده سازی روده را تهیه کنید. باید دو نسخه داروی SuPrep داشته باشید.

دو (2) بسته آماده سازی روده SUPREP کامل برای شما تجویز خواهد شد. هر بسته حاوی 2 بطری شش اونسی محلول است. دو (2) روز قبل از عمل خود، هر دو بطری 6 اونسی بسته اول را می نوشید. 1 روز قبل از عمل خود، یک بطری و آخرین بطری را صبح روز عمل خود می نوشید - دستورالعمل های دقیق در زیر. لطفاً حتماً دستورالعمل ها را به طور دقیق انجام دهید - و طبقه توصیه ها، آب فراوان بنوشید تا آب رسائی بدن خود را حفظ کنید.

دو (2) روز قبل از عمل: دوز کامل - 2 بطری Suprep در یک شب - شروع از ساعت 4:00 ب.ظ و دوباره از ساعت 7:00 ب.ظ.

1. در تمام طول روز، فقط مایعات شفاف بنوشید. نباید هیچ گونه غذای جامد مصرف شود. مایعات شفاف شامل: آب، آبگوشت یا سوپ شفاف، آب سیب، آب انگور سفید، لیموناد بدون پوره، اسپریت، جینجر ایل، قهوه یا چای بدون شیر یا خامه غیرلبنی، Jello- (ساده) (بدون میوه یا چاشنی افزوده، Jello-O قرمز، ارغوانی یا آبی ممنوع).
  2. 4:00 ب.ظ - مراحل 1 تا 4 را با استفاده از (1) بطری 6 اونسی از ساعت 4:00 ب.ظ تکمیل کنید:
    - a. مرحله 1: یک (1) بطری 6 اونسی SUPREP را درون محفظه محلول بریزید.
    - b. مرحله 2: تا خط 16 اونسی روی محفظه آب آشامیدنی سرد اضافه کنید و هم بزنید.
    - c. مرحله 3: تمام مایع درون محفظه را بنوشید.
    - d. مرحله 4: باید در طول 1 ساعت بعدی، دو (2) محفظه 16 اونسی دیگر آب بنوشید.
  3. در حین آماده سازی یا بعد از آن، نباید هیچ گونه غذای جامدی مصرف شود.
  4. 7:00 ب.ظ - تمامی 4 مرحله را دوباره با یک بطری 6 اونسی Suprep تکرار کنید.
- یک (1) روز قبل از عمل: دوز دوبرخی - یک بطری Suprep از ساعت 5:00 ب.ظ به بعد.

1. در تمام طول روز، فقط مایعات شفاف بنوشید. نباید هیچ گونه غذای جامد مصرف شود. مایعات شفاف شامل: آب، آبگوشت یا سوپ شفاف، آب سیب، آب انگور سفید، لیموناد بدون پوره، اسپریت، جینجر ایل، قهوه یا چای بدون شیر یا خامه غیرلبنی، Jell- (ساده) (بدون میوه یا چاشنی افزوده، Jello-O قرمز، ارغوانی یا آبی ممنوع).
2. 5:00 ب.ظ - مراحل 1 تا 4 را با استفاده از (1) بطری 6 اونسی از ساعت 5:00 ب.ظ تکمیل کنید:
  - a. مرحله 1: یک (1) بطری 6 اونسی SUPREP را درون محفظه محلول بریزید.
  - b. مرحله 2: تا خط 16 اونسی روی محفظه آب آشامیدنی سرد اضافه کنید و هم بزنید.
  - c. مرحله 3: تمام مایع درون محفظه را بنوشید.
  - d. مرحله 4: باید در طول 1 ساعت بعدی، دو (2) محفظه 16 اونسی دیگر آب بنوشید.
3. در حین آماده سازی یا بعد از آن، نباید هیچ گونه غذای جامدی مصرف شود.

روز عمل: دوز دوبرخی - بطری آخر Suprep - 5 ساعت قبل از زمان شروع نوبت عمل شما. ممکن است لازم باشد زودتر از خواب بیدار شوید تا زمان کافی برای انجام این کار داشته باشید.

1. 5 ساعت قبل از زمان عمل: دوز دوم SUPREP را شروع و مراحل 1-4 را با استفاده از بطری 6 اونسی دیگر تکمیل کنید:
  - a. مرحله 1: یک (1) بطری 6 اونسی SUPREP را درون محفظه محلول بریزید.
  - b. مرحله 2: تا خط 16 اونسی روی محفظه آب آشامیدنی سرد اضافه کنید و هم بزنید.
  - c. مرحله 3: تمام مایع درون محفظه را بنوشید.
  - d. مرحله 4: باید در طول 1 ساعت بعدی، دو (2) محفظه 16 اونسی دیگر آب بنوشید.

2. توجه: باید نوشیدن آخرین لیوان آب را حداقل 4 ساعت قبل از عمل خود یا طبق دستورالعمل های ارائه شده تمام کنید.

1. مهم است که دوز باقیمانده را حداقل 4 ساعت قبل از نوبت عمل خود به اتمام برسانید.
2. از 4 ساعت قبل از عمل خود، هیچ چیزی از راه دهان مصرف نکنید.
3. هیچ گونه آبنبات سفت نخورید یا آدامس نجوید.
4. لباس راحت بپوشید که در آوردن آن آسان باشد و جواهرات خود را در خانه بگذارید.
5. خود را به «مجموعه عمل های سرپایی» در طبقه اول بیمارستان اصلی معرفی کنید.
6. پس از ورودتان به «مجموعه اندوسکوپی»، از شما خواسته خواهد شد روپوش بیمارستان بپوشید. یکی از پرستاران پیشینه پزشکی شما را با شما مرور خواهد کرد (فهرست داروهای فعلی، آلرژی ها و یک نسخه از جدیدترین EKG خود را به همراه بیاورید). یک سرم درون وریدی (Intravenous (IV)) برای بیهوشی شما در طول عمل کار گذاشته خواهد شد.
7. پس از اتمام عمل، به مدت حداکثر 1 ساعت در اتاق بهبودی خواهید ماند.
8. دکتر شما نتایج عمل را با شما در میان خواهد گذاشت و یک نسخه کتبی از گزارش را به شما خواهد داد.

\* ممکن است افراد هنگام نوشیدن محلول، دچار نفخ یا حالت تهوع شوند که امری غیرعادی نیست. اگر استفراغ یا علائم دیگر باعث نگرانی شما شد، لطفاً در طول ساعات کاری عادی با مطب پزشک GI خود تماس بگیرید.

رژیم مایعات شفاف	
این موارد مجاز است:	این موارد مجاز است:
شیر	آب
خامه	آبگوشت شفاف: گوشت گاو یا مرغ
میلک شیک	آبمیوه ها
آب گوجه	• آب سیب یا شراب سیب
آب پرتقال	• آب انگور سفید، آب کرنبری سفید
سوپ خامه ای	• Tang
هر گونه سوپ دیگر غیر از آبگوشت های ذکر شده	• لیموناد
اوت میل	سودا (رنگ شفاف)
خامه گندم	چای
آب گریپ فروت	قهوه (بدون خامه)
	ژلاتین شفاف (بدون میوه)
	پاپسیکل (بدون میوه یا خامه)
	آیس اینتالیایی

لطفاً توجه داشته باشید: بسیار مهم است که آماده سازی های فهرست شده فوق را انجام دهید تا دکتر بتواند تمام پس روده شما را ببیند. پس روده شما باید عاری از هر گونه مدفوع باشد. آماده سازی نامناسب ارزش این عمل را محدود می کند و ممکن است لازم شود نوبت دیگری برای انجام این معاینه تنظیم کنید.

\* اگر نیاز دارید نوبت خود را تغییر دهید یا لغو کنید، لطفاً با مطب پزشک GI خود تماس بگیرید.

## پرسش های متداول:

**زمان عمل من بعد از ظهر است. آیا می توانم صبح چیزی بخورم؟**

**پاسخ:** خیر به منظور تضمین ایمنی شما در طول عمل، لازم است شکم خالی باشد. هر گونه غذا یا مایعات در شکم در زمان عمل، شما را در معرض ریسک استنشاق این مواد به درون شش قرار می دهد که منجر به عارضه جدی به نام سینه پهلوی استنشاقی می شود. می توانید تا 4 ساعت قبل از زمان عمل خود، آب بنوشید.

**روز قبل از کولونوسکوپی خود صبحانه (نهار یا شام) خورده ام. آیا اشکالی دارد؟**

**پاسخ:** اگر دستورالعمل های آماده سازی به طور صحیح رعایت نشده باشد، ممکن است مدفوع ته مانده در پس روده باقی بماند و یافته های مهمی را از پزشک معاین پنهان کند. در برخی موارد، اگر آماده سازی پس روده خوب نباشد، ممکن است مجبور شوید آماده سازی و معاینه را دوباره انجام دهید. اگر به طور ناخواسته روز قبل از معاینه خود غذای جامدی خوردید، لطفاً تماس بگیرید و درخواست کنید با یکی از اعضای پرسنل پرستاری صحبت کنید. ممکن است از شما خواسته شود نوبت خود را تغییر دهید.

**همراهی برای رساندنم به خانه ندارم. آیا اشکالی دارد؟**

**پاسخ:** خیر. اگر فرد بزرگسال مسئولی برای همراهی شما به خانه ندارید، عمل شما لغو خواهد شد.

**از چند روز قبل از عمل باید مصرف Coumadin, Plavix یا سایر داروهای رقیق کننده خون را متوقف کنم؟**

**پاسخ:** اگر هر گونه داروی رقیق کننده خون مصرف می کنید، لطفاً به متخصص اندوسکوپی خود اطلاع دهید. به طور کلی، باید مصرف داروهای رقیق کننده خون را از 5-7 روز قبل از برخی عمل ها متوقف کنید؛ اما باید با متخصص اندوسکوپی و پزشک تجویزکننده خود مشورت کنید تا اطمینان یابید که انجام این کار برای شما ضروری و ایمن است.

**در روز قبل از عمل و روز عمل چه داروهایی را می توانم مصرف کنم؟**

**پاسخ:** روز قبل از عمل خود، داروهایتان را طبق روال عادی مصرف کنید. اما بیمارانی که از هر گونه روش آماده سازی پاکسازی روده استفاده می کنند باید توجه داشته باشند که ممکن است به مدت ممتدی دچار اسهال شوند که می تواند منجر به دفع داروهای خوراکی از سیستم بدن شما قبل از اثرگذاری آنها شود. صبح قبل از عمل خود، باید هر گونه داروی فشار خون یا قلب خود را با جرعه کوچکی آب مصرف کنید. می توانید بیشتر داروهای دیگر را متوقف کنید و پس از اتمام عمل خود آنها را مصرف کنید. اگر درباره دارو(ها)ی خاصی سؤال دارید، لطفاً با یکی از اعضای پرسنل بالینی ما تماس بگیرید.

**من دیابتی هستم. آیا انسولین خود را مصرف کنم؟**

**پاسخ:** باید این سؤال را از پزشکی پرسید که این دارو را برای شما تجویز کرده است. لطفاً صبح روز عمل خود، قند خونتان را طبق روال عادی اندازه بگیرید. اگر درباره مدیریت دیابت خود همراه با پرهیز خوراک برای عمل اندوسکوپی سؤالی دارید، لطفاً با پزشک اصلی خود مشورت کنید.

**داروی مسکن مصرف می کنم. آیا می توانم قبل از عمل خود این دارو را مصرف کنم؟**

**پاسخ:** بسیاری از داروهای مسکن تجویزی می توانند اثر مخالفی با داروهای مورد استفاده ما برای بیهوشی داشته باشند و به این دلیل توصیه می کنیم که در روز عمل خود، مصرف داروی مسکن را تا پس از تکمیل عمل خود به تعویق بیندازید. اگر سؤالی دارید، لطفاً با یکی از اعضای پرسنل بالینی ما تماس بگیرید.

**در دوره قاعدگی خود هستم. آیا باید نوبت کولونوسکوپی خود را تغییر دهم؟**

**پاسخ:** خیر. دوره قاعدگی شما تداخلی با توانایی پزشک برای تکمیل عمل شما ایجاد نخواهد کرد.

**آیا می‌توانم مصرف قرص‌های آهن خود را ادامه دهم؟**

**پاسخ:** خیر. آهن می‌تواند باعث تشکیل مدفوع تیره رنگ شود که در صورتی که آماده‌سازی شما کمتر از میزان بهینه باشد، می‌تواند تکمیل کولونوسکوپی را برای پزشک دشوار کند. توصیه می‌کنیم مصرف مکمل‌های آهن خوراکی را حداقل از یک هفته قبل از عمل خود متوقف کنید.

**تحت درمان آسپرین برای قلبم بوده‌ام. آیا باید مصرف آن را ادامه دهم؟**

**پاسخ:** آسپرین می‌تواند در لختگی خون تأثیر بگذارد. لطفاً با متخصص اندوسکوپی و پزشک تجویزکننده خود مشورت کنید.

**فردا کولونوسکوپی دارم. آماده‌سازی پس روده خود را به موقع شروع کرده‌ام، اما حالا دچار اسهال و/یا احساس نفخ شده‌ام. باید چکار کنم؟**

**پاسخ:** حالت تهوع، استفراغ و حس پر بودن شکم یا نفخ می‌تواند هر زمانی پس از شروع آماده‌سازی پس روده آغاز شود. با وجود این، لازم است تمام داروی آماده‌سازی را مصرف کنید. برای بیشتر افراد، معمولاً یک ساعت استراحت در بین آماده‌سازی کمک می‌کند. پس از استراحت، مصرف داروی آماده‌سازی را طبق دستور ادامه دهید. اگر دوباره دچار استفراغ شدید یا علائم وخیم‌تر شد، لطفاً با پزشک خود تماس بگیرید.

اگر هر گونه سؤال یا نگرانی خاصی دارید، لطفاً تماس بگیرید.

ارادتمند،

تیم پزشکی گوارش Inova  
(Inova Gastroenterology Team)