

Kalkulátor prípravy na kolonoskopiu pre tých, čo už majú stanovený termín

Milý klient

Dňa

o

(použite tvar 10:00)

hodine

prídete na kolonoskopické vyšetrenie do Gastroenterologického centra polikliniky Orbis. Veľmi sa tešíme, že ste si pre Vaše vyšetrenie vybrali práve naše endoskopické pracovisko. V tomto texte sa dočítate, ako sa adekvátne pripraviť na kolonoskopické vyšetrenie. Ukážeme si vhodný jedálniček a vysvetlíme správne užitie prehľadadla tak, aby ste mali v deň D dobre vyčistené črevo. Poctivý prístup k čistiacej príprave je podmienkou na správne vykonanie kolonoskopie. Ovplyvňuje totiž celý priebeh a zvládnutie výkonu. Len v dobre pripravenom čreve sa dá kolonoskopia urobiť bezbolestne.

Všeobecne sa medzi ľuďmi hovorí, že ide o jedno z tých nepríjemnejších vyšetrení. Z vlastnej skúsenosti vieme, že sa dá zvládnuť. Vďaka pokynom a prístupu personálu Gastroenterologického centra Orbis bude aj pre Vás kolonoskopia zvládnuteľná a znesiteľná.

Samotná kolonoskopia trvá zhruba 30–45 minút. Nebojte sa, väčšinou je možné urobiť ju bezbolestne a citlivo tak, aby bola zachovaná Vaša intimita. Je vhodné, aby ste prišli na samotné vyšetrenie so sprievodom, s možnosťou transportu domov.

Teraz si detailne vysvetlíme postup prípravy na kolonoskopické vyšetrenie a špeciálny diétny režim.

S úpravou jedálnička začnite dva týždne pred termínom vyšetrenia.

Od

14 dní pred plánovaným výkonom

začnite s bezzvyškovou diétou. V strave vynechajte všetko, čo obsahuje šupky a zrnká. Z ovocia a zeleniny nesmiete konzumovať rajčiny, papriku, uhorku, hrozno či melón, kivi, figy ani žiadne bobuľoviny. Zo stravy vylúčte tiež cereálie, otruby, všetky typy orechov, kukuricu, pukance a strukoviny. Nevhodné je celozrnné a grahamové pečivo, mak i bylinky. Vyhýbajte sa všetkým druhom semien, ako sú sezam, ľan, slnečnica, tekvica i chia semienka. Tieto potraviny zanechávajú v čreve nestráviteľné zvyšky, ktoré sa nedajú pri kolonoskopii odsáť a tým výrazne zhoršujú prehľadnosť pri výkone. Z tohto dôvodu sa vyhýbajte aj džúsom s obsahom dužiny.

Taktiež dva týždne pred kolonoskopiou vysadíte tabletky s obsahom železa, ak také užívate.

V jedálničku preferujte biele pečivo s maslom a syrom, ryžu, zemiaky bez šupky, zemiakové pyré, knedľu a cestoviny. Konzumovať môžete mäso, šunku i ryby. Tofu a vajíčka sú dovolené. Vhodný je vývar i s koreňovou zeleninou, kto má v ňom rád rezance, nech sa páči. Z ovocia zaradte do jedálnička ošúpané jablko či hrušku a taktiež banány. Prijemným spestrením je vianočka s medom, BB keksy, piškótová bábovka či palacinky. Dovoľené sú i tvrdé cukríky a žuvačka, ktorú však neprehĺtajte.

Dobrú chuť!

Výrazná zmena v stravovaní nastáva dva dni pred kolonoskopiou.

Od [redacted] *2 dni pred plánovaným výkonom*

sa začína tekutá diéta. Tuhá strava už dovolená nie je.

Počas týchto dvoch dní môžete piť iba číre nápoje. Vhodná je čistá voda, minerálky a čaje s cukrom, medom a citrónom. Môžete i kolu a iné číre malinovky. Pitný režim si môžete spríjemniť pohárom piva či bieleho vína. A jedna dobrá správa pre kávičkárov – filtrovanú kávu či espresso môžete, zakázaná je turecká káva. Hlavnú energiu Vám dodá čistý slepačí či hovädzí vývar, ale precedený, bez rezancov a zeleniny. Snažte sa denne prijať celkovo aspoň 4 litre tekutín.

Od [redacted] *1 deň pred plánovaným výkonom*

pokračujte v tekutej diéte. Ak vládžete, cez deň môžete ísť normálne do práce. Pite dosť tekutín a všetko zvládnete. No večer pred kolonoskopiou si už nič neplánujte. Spravte si doma papučovú kultúru. Je čas na užitie prehľadla. Rozdeľte si ho do dvoch dávok.

Dňa [redacted] *1 deň pred plánovaným výkonom*

o piatej hodine popoludní si podľa návodu na letáku pripravte prvú dávku prehľadla. Vo vode rozmiešajte pripravený prášok nasledovne:

- Pri prípravku MOVIPREP: do 1litra vody rozrobte Moviprep vrecúško A + B a taktiež pol fľaštičky kvapiek Espumisan L
- Pri prípravku PLENVU: do pollitra vody rozrobte Plenvu sáčik číslo 1 a taktiež pol fľaštičky kvapiek Espumisan L

Roztok miešajte dovtedy, kým sa všetok prášok nerozpustí. Začnite ho piť o 17.00 hodine večer a vypite ho do hodiny. Po vypití tejto prvej dávky prehľadla prijímajte čo najviac čírych tekutín. Ak si k tekutinám pridáte aj minerálne vody s prehľadným účinkom, vyčistíte sa ešte lepšie (Šaratica, Zajačická horká).

Druhú dávku prehľadla si pripravte podobným spôsobom:

- Pri prípravku MOVIPREP: do 1litra vody rozrobte Moviprep vrecúško A + B a taktiež pol fľaštičky kvapiek Espumisan L
- Pri prípravku PLENVU: do pollitra vody rozrobte Plenvu vrecúška číslo 2a a 2b a taktiež pol fľaštičky kvapiek Espumisan L
- Niekomu chutí, keď si prášok a kvapky namiesto vody rozrobí v kole v rovnakom objeme.
- Ak si tento roztok pripravíte večer pred vyšetrením, môžete si ho počas noci vychladiť v chladničke. Najmä v letných mesiacoch Vám to spríjemní prípravu.

Dňa [redacted] O [redacted] *5 hodín pred plánovaným výkonom*

Túto druhú dávku prehľadla vypite v deň kolonoskopie zhruba 5 hodín pred plánovaným výkonom.

K prehľadlu pite iba číre tekutiny, a to v čo najväčšom množstve. Taktiež si môžete pridať aj minerálne vody s prehľadným účinkom (Šaratica, Zajačická horká). Číre tekutiny môžete prijímať temer až do kolonoskopie. Netreba prísť na vyšetrenie nalačno.

A ostatné už nechajte na prírodu...

Milý klient, na záver Vám chceme pripomenúť pár užitočných informácií:

- Skontrolujte si, či máte predpísaný recept na prehľadadlo a kološortky, respektíve či ste si ich vyzdvihli z lekárne. Dokúpte si minerálne vody Šaratica, Zajačická horká.
- Ku kolonoskopii si prineste výmenný lístok od praktického lekára alebo špecialistu a zdravotnú dokumentáciu (tzv. kartu).
- Čas vyšetrenia je orientačný. Niekedy nie je možné presne na minútu predpovedať presný čas predošlého endoskopického výkonu, čím sa môže stať, že sa čas Vášho vyšetrenia mierne posunie. Treba s tým rátať. Termíny na presný čas neponúkame.
- Ak bude u Vás potrebné podanie sedatívno-relaxačnej injekcie, musíte mať zabezpečený odvoz domov autom, v tento deň sa neodporúča šoférovať motorové vozidlo až do 24 hodín po výkone ani vykonávať právne úkony či prepravovať sa hromadnými dopravnými prostriedkami bez sprievodu. Dohľad inou osobou v domácom prostredí sa v tomto prípade odporúča až šesť hodín po výkone.
- V prípade, ak Vám nájdeme a odstránime polyp, je potrebný domáci pokojový režim v dĺžke cca 5–7 dní, je vhodné dopredu si to v práci zariadiť.
- Je nevyhnutné, aby ste na kolonoskopiu prišli so sprievodom, ktorý Vám zabezpečí transport domov autom po výkone. Nie je vhodné ísť domov sám ani šoférovať.
- Na samotné vyšetrenie nie je potrebné prísť nalačno. Až do príchodu na ambulanciu môžete prijímať číre tekutiny.
- V deň kolonoskopie užite doma ranné lieky s výnimkou liekov na riedenie krvi a tabletiék na cukrovku, ktoré neužívajte!
- Ak užívate dlhodobo lieky na riedenie krvi, informujte o tom sestru GE centra čo najskôr – ešte pred termínom kolonoskopie. Je totiž väčšinou potrebné tieto lieky niekoľko dní pred kolonoskopiou vynechať!
- Taktiež nám nahláste lieky na cukrovku. Väčšinu tabletiék na liečbu cukrovky je potrebné vynechať počas dvoch posledných dní prípravy a hladovky. Vhodná je kontrola glykémie v domácom prostredí glukomerom.
- Sestre vopred nahláste aj vážne diagnózy a ochorenia, na ktoré sa liečite (cukrovka, závažné ochorenie srdca, implantovaný kardiostimulátor, stp. náhrade srdcovej chlopne, epilepsia, zlyhanie obličiek, dialýza, zvýšený vnútroočný tlak, závažné alergie...)
- Je vhodné, aby ste si doma vypísali vstupný dotazník a následne si ho vytlačili, dotazník nájdete **tu**. Vypísaný dotazník si prineste so sebou na vyšetrenie. Pre Vás, čo nemáte možnosť dotazník vypísať online a vytlačiť ho, nezúfajte, nájdete ho i v čakárni nášho GE centra, kde ho môžete po Vašom príchode vypísať.

Pevne verím, že s pomocou gastroenterologického tímu, tohto edukačného letáku a edukačného videa, ktoré pre Váš pripravujeme, zvládnete prípravu na kolonoskopiu i samotný výkon v pohode. Vaše prípadné otázky Vám radi zodpovieme osobne na ambulancii alebo telefonicky v Call centre kliniky Orbis.

Tešíme sa na Vás!

Užívanie liekov pred KOLONOSKOPIOU a odstránením polypov v hrubom čreve

14 dní pred kolonoskopiou je nutné **PAUZOVAŤ** s prijímaním preparátov železa, ako napr. Aktiferrin, Feraccru, FerroFolgamma, Ferretab, Globifer, Hemafer, Maltofer, Sorbifer durules

7 dní pred kolonoskopiou **pauzovať** s prijímaním antiagregancií (tabletky na riedenie krvi):

- Abrea, Anopyrin, Acylpirin, Aspirin protect, Cardioral, Carlagirin, Carsaxa, Gerasa, Preventax, Stadapyrin, Vasopirin
- Egitromb, Grepid, Iscover, Platel, Plavix, Trombex, Zyllt, Clopidogrel
- Duoplavin, Aggrenox
- Ibustrin
- Ticlopidín (vhodná konzultácia s kardiológom)
- Cilozek, Cilostazol
- Atixarso, Brillique, Orebriton, Tikagrelol (vhodná konzultácia s kardiológom)
- Bewim, Efient, Prasugrel, Sigrada, Ugramel (vhodná konzultácia s kardiológom)

7 dní pred výkonom **pauzovať** s prijímaním **Warfarínu** po dvoch dňoch pauzy prejsť na tzv. nízkomolekulárny heparín (**LMWH**) – večer pred výkonom a ráno v deň výkonu nepodať. Jeden deň pred výkonom odber krvi na KO + koagulačné vyšetrenie

3 dni pred výkonom **neužiť Pradax** (u chorých **nad 60 rokov a s chorobou obličiek 4 dni** pauza)

2 dni pred výkonom **neužiť** :

- **Xarelto** rovnako ako generiká: **Assubex, Ribax, Rivaxa, Rivaroxaban, Rombidux, Xanirva, Xerdoxo**
- **Eliquis** rovnako ako generiká: **Aboxoma, Apixaban, Polapix**
- **Lixiana** rovnako ako: **Roteas**

24 hodín pred výkonom **si nepichnúť** podkožné injekcie, tzv. **LMWH**

- Arixtra
- Clexane
- Fragmin
- Fraxiparine
- Zibor

Taktiež je vždy vhodné sa pred výkonom poradiť o vysadení liekov na riedenie krvi so svojím lekárom, ktorý vám ich odporučil (kardiológ, angiológ, internista, neurológ...)!

Pacienti, ktorí majú **koronárne stenty a umelú náhradu chlopne**, sa musia pred plánovaným výkonom poradiť so svojím **kardiológom vždy!**