

## Chuẩn bị Ruột cho Nội soi Đại tràng

### Quy trình Buổi sáng (AM)




Quý vị sẽ cần mua từ nhà thuốc: **3 gói Colonlyently (mỗi gói 70g)**. Vui lòng bỏ qua hướng dẫn trên bao bì và thay vào đó làm theo tờ hướng dẫn này.

Việc làm sạch phân trong ruột rất quan trọng để đảm bảo bác sĩ có thể thấy rõ bên trong đại tràng của quý vị. Nếu đại tràng của quý vị không sạch, có thể phải dừng hoặc làm lại quy trình này. Vui lòng tuân thủ các hướng dẫn này.

<p style="text-align: center;"><b>7 ngày Trước đó</b> Ngừng dùng thuốc sắt và thuốc chống tiêu chảy</p>
<p style="text-align: center;"><b>2 ngày Trước đó</b> Chế độ ăn ít chất xơ (xem Trang 2)</p>
<p style="text-align: center;"><b>1 ngày Trước đó</b> Bữa sáng và bữa trưa: Chế độ ăn ít chất xơ. Pha mỗi gói Colonlytely vào 1L nước và để trong tủ lạnh.</p> <p style="text-align: center;"><b>1h00 chiều:</b> Từ lúc này chỉ uống chất lỏng trong suốt</p> <p style="text-align: center;"><b>5h00 chiều:</b> Uống 1L Colonlytely. Tiếp tục uống chất lỏng trong suốt.</p> <p style="text-align: center;"><b>7h00 chiều:</b> Uống 1L Colonlytely. Tiếp tục uống chất lỏng trong suốt.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Vào Ngày Nội soi Đại tràng</b> <b>5h00 sáng:</b> Uống 1L Colonlytely (tuy là sáng sớm, nhưng rất quan trọng!)</p> <p><b>6h00 sáng:</b> Bây giờ quý vị nhịn ăn (quý vị có thể uống thuốc buổi sáng với một ngụm nước; không uống thuốc tiểu đường). Không dùng đồ ăn, kẹo cao su, kẹo ngọt hoặc đồ uống.</p>

Nếu quý vị có bất cứ câu hỏi nào, vui lòng truy cập:

<https://monashhealth.org/services/gastroenterology/patients/endoscopy/> hoặc gọi Văn phòng Đặt chỗ Nội soi số **1800 786 188**.

	<p><b>Chế độ ăn ít Chất xơ</b>, bao gồm:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- bánh mì trắng, cơm trắng, mì ống, mì sợi</li> <li>- trứng (không chiên rán), pho-mát</li> <li>- rau nấu chín kỹ (<u>không có vỏ</u>)</li> <li>- gà, cá</li> <li>- ngũ cốc bữa sáng ít chất xơ</li> <li>- bánh quy</li> </ul> <p><b>Không</b> dùng hạt, hột, quả hạch, thịt đỏ, trái cây, bánh mì nguyên cám/nguyên hạt, ngô, đậu, cần tây, cà rốt</p>
	<p><b>Chất lỏng trong suốt</b>, bao gồm:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nước</li> <li>- nước hoa quả</li> <li>- cà phê hoặc trà (<u>không sữa</u>)</li> <li>- nước ép trái cây trong suốt (<u>không có bã</u>)</li> <li>- nước ngọt</li> <li>- nước lèo trong suốt</li> </ul> <p><b>Không</b> dùng chất lỏng màu đỏ hoặc tím, sữa</p>
	<p><b>Mách nhỏ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uống càng nhiều chất lỏng trong suốt càng tốt để ngăn ngừa mất nước (nhắm uống 3-6 ly nước trong quá trình chuẩn bị)</li> <li>- quá trình chuẩn bị ruột sẽ gây tiêu chảy. Hãy ở gần nhà vệ sinh.</li> <li>- hoàn thành <b>tất cả</b> các bước chuẩn bị!</li> </ul>