

آماده سازی روده برای کولونوسکوپی  
عملیه بعد از ظهر (PM)

**3 پاکت Colonlytely (هر کدام 70 گرام)** را باید از دواخانه بخريد. لطفاً دستورالعمل های روی پاکت ها را نادیده بگیرید و به جای آن از هدايات این ورقه پیروی کنید.

پاک کردن روده از مدفوع بسیار مهم است تا اطمینان حاصل شود که داکتر می تواند داخل روده کلان شما را به وضوح ببیند. اگر روده کلان شما پاک نیست، ممکن است لازم شود این عملیه متوقف یا تکرار شود. لطفاً به این دستورالعمل ها پایبند باشید.

<p><b>7 روز قبل</b> تابلیت های ضد اسهال و آهن را قطع کنید</p>
<p><b>2 روز قبل</b> رژیم غذایی کم فایبر بگیرید (به صفحه 2 مراجعه کنید)</p>
<p><b>1 روز قبل</b> <b>صبحانه و غذای چاشت:</b> رژیم غذایی کم فایبر بخورید. هر پاکت Colonlytely را در 1 لیتر آب انداخته و در یخچال بگذارید. <b>ساعت 1 بعد از ظهر:</b> از حالا به بعد فقط مایعات شفاف مصرف کنید <b>5 بعد از ظهر:</b> 1 لیتر Colonlytely بنوشید. به نوشیدن مایعات شفاف ادامه دهید. <b>7 بعد از ظهر:</b> 1 لیتر Colonlytely بنوشید. به نوشیدن مایعات شفاف ادامه دهید.</p>
<p><b>روز کولونوسکوپی</b> <b>8 صبح:</b> 1 لیتر Colonlytely بنوشید <b>ساعت 9 صبح:</b> اکنون شما در حالت روزه داری هستید (ممکن است دواهای صبحگاهی خود را با یک جرعه آب مصرف کنید. اما تابلیت دیابت را مصرف نکنید). غذا، ساجق، آب نبات یا نوشیدنی نمی توانید مصرف کنید.</p>

اگر سوالی دارید، لطفاً به آدرس زیر بروید:

[/https://monashhealth.org/services/gastroenterology/patients/endoscopy](https://monashhealth.org/services/gastroenterology/patients/endoscopy)

یا با دفتر ریزرف اندوسکوپی به شماره 1800 786 188 تماس بگیرید.

<p><b>رژیم غذایی کم فایبر، شامل این ها می گردد:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نان سفید، برنج سفید، پاسته، نودلز</li> <li>- تخم مرغ (سرخ نشده)، پنیر</li> <li>- سبزیجات خوب پخته شده (بدون پوست)</li> <li>- مرغ، ماهی</li> <li>- غلات صبحانه کم فایبر</li> <li>- بیسکوت</li> </ul> <p>غلات، دانه ها، مغزیات، گوشت سرخ، میوه، جواری، نخود، سریلی (کرفس)، زردک مصرف نشود.</p>	
<p><b>مایعات شفاف، شامل این ها می شود:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- آب</li> <li>- کوردیال</li> <li>- قهوه یا چای (بدون شیر)</li> <li>- آب میوه شفاف (بدون خمیره)</li> <li>- نوشیدنی غیر الکولی</li> <li>- شوربای شفاف</li> </ul> <p>مایعات سرخ یا بنفش، شیر مصرف نشود</p>	
<p><b>نکته:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- برای جلوگیری از کم آب شدن بدن تا حد امکان مایعات شفاف بنوشید (قصد کنید که در جریان آماده سازی 3 تا 6 کیلاس آب بنوشید)</li> <li>- آماده سازی روده باعث اسهال می شود. نزدیک تشناب بمانید</li> <li>- تمام آماده سازی را ختم کنید!</li> </ul>	