

### عملیه قبل از ظهر (AM)

شما باید 2 پاکت PicoPrep (هر پاکت 15.5 گرم) یا Picosalax (هر پاکت 16.1 گرم) و 1 پاکت Colonlytely (70 گرم) را از دواخانه بخرید. لطفاً دستورالعمل های روی پاکت ها را نادیده بگیرید و به جای آن از هدایات 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 (به صفحه 2 مراجعه کنید)</p>
<p><b>1 روز قبل</b> غذای صبحانه و چاشت: رژیم غذایی کم فایبر. یک پاکت Colonlytely را در 1 لیتر آب انداخته و در یخچال بگذارید. ساعت 1 بعدازظهر: از حالا به بعد فقط مایعات شفاف صرف کنید 5 بعد از ظهر: 1 پاکت PicoPrep را به 250 میلی لیتر آب اضافه کنید و بنوشید. به نوشیدن مایعات شفاف ادامه دهید. 7 بعد از ظهر: 1 لیتر Colonlytely بنوشید. به نوشیدن مایعات شفاف ادامه دهید.</p>
<p><b>روز کولونوسکوپی</b> 5 صبح: 1 پاکت PicoPrep را به 250 میلی لیتر آب اضافه کنید و بنوشید (این گرچه زود است اما بسیار مهم است!) 6 صبح: اکنون شما روزه دار هستید (می توانید دواهای صبحگاهی خود را با یک جرعه آب مصرف کنید، اما تابلیت دیابت را مصرف نکنید). نمی توانید غذا، ساجق، آب نبات یا نوشیدنی استفاده 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 <b>نشود</b>.</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 غیرالکولی</li> <li>- شوربای شفاف</li> </ul> <p>مایعات سرخ یا بنفش، شیر مصرف <b>نشود</b></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 گلیاس آب بنوشید)</li> <li>- آماده سازی روده باعث اسهال می شود. نزدیک تشناب بمانید. تمام آماده سازی را تمام کنید!</li> </ul>	