

## Προετοιμασία Εντέρου για Κολονοσκόπηση



### Πρωινή Εξέταση (ΠΜ)




Θα χρειαστεί να αγοράσετε από το φαρμακείο σας: **2 φακελάκια PicoPrep (15,5 γραμμ. το καθένα) ή Picosalax (16,1 γραμμ. το καθένα) ΚΑΙ 1 φακελάκι Colonlytely (70 γραμμ.)**. Παρακαλούμε αγνοήστε τις οδηγίες στα πακέτα και ακολουθήστε το παρόν φυλλάδιο.

Η έκπλυση του εντέρου από περιττώματα είναι πολύ σημαντική για να διασφαλίσετε ότι ο γιατρός σας μπορεί να δει καθαρά το εσωτερικό του παχέος εντέρου. Εάν το παχύ έντερο δεν είναι καθαρό, ίσως χρειαστεί να διακοπεί ή να επαναληφθεί η εξέταση. Παρακαλούμε ακολουθήστε τις παρακάτω οδηγίες.

<p><b>7 Ημέρες Πριν</b> Σταματήστε τα φάρμακα που αντιμετωπίζουν την διάρροια και τα χάπια σιδήρου</p>
<p><b>2 Ημέρες Πριν</b> Δίαιτα χαμηλών ινών (βλ. Σελίδα 2)</p>
<p><b>1 Ημέρα Πριν</b> Πρωινό και Μεσημεριανό: Δίαιτα χαμηλών ινών. Διαλύετε το Colonlytely σε 1 λίτρο νερό και το τοποθετείτε στο ψυγείο.</p> <p><b>1μμ:</b> Από τώρα μόνο διαυγή υγρά</p> <p><b>5μμ:</b> Προσθέστε 1 φακελάκι PicoPrep σε 250ml νερό και πιείτε το. Συνεχίστε να πίνετε διαυγή υγρά.</p> <p><b>7μμ:</b> Πιείτε 1 λίτρο Colonlytely. Συνεχίστε να πίνετε διαυγή υγρά.</p>
<p><b>Την Ημέρα της Κολονοσκόπησης</b></p> <p><b>5πμ:</b> Προσθέστε 1 φακελάκι PicoPrep σε 250ml νερό και πιείτε το (αν και είναι νωρίς είναι πολύ σημαντικό!)</p> <p><b>6πμ:</b> Τώρα παραμένετε νηστικοί (μπορείτε να πάρετε τα πρωινά σας φάρμακα με μια γουλιά νερό· όχι δισκία για το διαβήτη). Όχι φαγητό, τσίχλες, καραμέλες ή ποτά.</p>

Εάν έχετε οποιοσδήποτε ερωτήσεις, παρακαλείστε να μεταβείτε στην:

<https://monashhealth.org/services/gastroenterology/patients/endoscopy/> ή καλέστε το Γραφείο Ενδοσκόπησης στο **1800 786 188**.

	<p><b>Η Δίαιτα Χαμηλών Ινών</b>, περιλαμβάνει:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- λευκό ψωμί, λευκό ρύζι, ζυμαρικά, νουντλς</li> <li>- αβγά (όχι τηγανητά), τυρί</li> <li>- καλομαγειρεμένα λαχανικά (<u>χωρίς φλούδα</u>)</li> <li>- κοτόπουλο, ψάρι</li> <li>- δημητριακά</li> <li>- μπισκότα</li> </ul> <p><b>Όχι</b> σιτηρά, σπόρους, ξηρούς καρπούς, κόκκινο κρέας, φρούτα, ψωμί/δημητριακά ολικής αλέσεως, καλαμπόκι, μπιζέλια, σέλινο, καρότα</p>
	<p><b>Τα Διαυγή Υγρά</b>, περιλαμβάνουν:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- νερό</li> <li>- cordial</li> <li>- καφέ ή τσάι (<u>χωρίς γάλα</u>)</li> <li>- διαυγή χυμό φρούτων (<u>χωρίς πολτό</u>)</li> <li>- αναψυκτικό</li> <li>- διαυγή ζωμό</li> </ul> <p><b>Όχι</b> κόκκινα ή μοβ υγρά, γάλα</p>
	<p><b>Συμβουλές:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- πίνετε διαυγή υγρά όσο το δυνατόν περισσότερο για την αποτροπή αφυδάτωσης (προσπαθήστε να πιείτε 3-6 ποτήρια νερό ενώ παίρνετε την προετοιμασία)</li> <li>- η προετοιμασία του εντέρου θα προκαλέσει διάρροια. Μείνετε κοντά σε τουαλέτα.</li> <li>- τελειώστε <b>όλη</b> την προετοιμασία!</li> </ul>