

ការរៀបចំបញ្ជុះលាមកសម្រាប់កម្មវិធីឆ្លុះមើលពោះវៀនធំ

សម្រាប់កម្មវិធីឆ្លុះមើលពេលព្រឹក




អ្នកត្រូវការទិញពីឱសថស្ថានរបស់អ្នកនូវ៖ ថ្នាំឈ្មោះ Plenvu ចំនួន ១ កញ្ចប់។
សូមកុំមើលការណែនាំដែលគេសរសេរនៅលើកញ្ចប់នោះ ហើយធ្វើតាមឯកសារនេះជំនួសវិញ។

ការបញ្ជុះលាមកឲ្យចេញអស់ពីពោះវៀនធំគឺសំខាន់ខ្លាំងណាស់ក្នុងការធានាឲ្យវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកអាចមើលខាងក្នុងពោះវៀនធំរបស់អ្នកបានច្បាស់។ ប្រសិនបើពោះវៀនធំរបស់អ្នកមិនជ្រះស្អាតទេ កម្មវិធីឆ្លុះនោះអាចត្រូវបញ្ឈប់ឬក៏ត្រូវធ្វើម្តងទៀត។ សូមប្រកាន់ខ្ជាប់តាមការណែនាំខាងក្រោមនេះ។

<p>៧ ថ្ងៃមុន</p> <p>សូមឈប់លេបថ្នាំទប់ទល់នឹងការរាករុស និងថ្នាំជាតិដែក</p>
<p>២ ថ្ងៃមុន</p> <p>សូមប្រើរបបអាហារដែលមានសរសៃតិច (សូមមើលទំព័រ ២)</p>
<p>១ ថ្ងៃមុន</p> <p>អាហារពេលព្រឹក និងថ្ងៃត្រង់៖ សូមប្រើរបបអាហារដែលមានសរសៃតិច។</p> <p>ម៉ោង ១ រសៀល៖ សូមពិសាតែវត្ថុរាវដែលផ្ទុកប៉ូល្លែណៈចាប់ពីពេលនេះទៅ</p> <p>ម៉ោង ៦ ល្ងាច៖ លាយដូសទី ១ នៃថ្នាំ Plenvu ជាមួយទឹក ៥០០ ម.ល. ហើយផឹកវា។ សូមបន្តពិសាវត្ថុរាវដែលផ្ទុកប៉ូល្លែណៈ។</p>
<p>នៅថ្ងៃនៃការឆ្លុះមើលពោះវៀនធំ</p> <p>ម៉ោង ៥ ព្រឹក៖ លាយដូសទី ២ (កញ្ចប់ A និង B) នៃថ្នាំ Plenvu ជាមួយទឹក ៥០០ ម.ល. ហើយផឹកវា (ពេលនេះគឺនៅព្រលឹមនៅឡើយ ប៉ុន្តែសំខាន់ណាស់!)</p> <p>ម៉ោង ៦ ព្រឹក៖ អ្នកកំពុងនៅក្នុងពេលដែលត្រូវអត់អាហារ (អ្នកអាចលេបថ្នាំពេលព្រឹករបស់អ្នកបានជាមួយទឹកមួយដប មិនត្រូវលេបថ្នាំទឹកនោមផ្អែមទេ)។ មិនត្រូវបរិភោគអាហារ ស្ករកៅស៊ូ គ្រាប់ស្ករ ឬភេសជ្ជៈឡើយ។</p>

ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរអ្វីផ្សេងៗ សូមចូលទៅ៖

<https://monashhealth.org/services/gastroenterology/patients/endoscopy/> ឬទូរសព្ទទៅ
ការិយាល័យទទួលបន្ទុកខាងការណាត់ពេលធ្វើការឆ្លុះមើលក្រពះនិងពោះវៀនតាមលេខ ១៨០០ ៧៨៦ ១៨៨។

	<p>របបអាហារដែលមានសរសៃតិច រួមមាន៖</p> <ul style="list-style-type: none"> - នំប៉័ងពណ៌ស បាយអង្ករស ប៉ាស្តា (pasta) មី - ស៊ីត (កុំចៀន) ឈើស (cheese) - បន្លែដែលបានចម្អិនល្អ (កុំយកសំបក) - សាច់មាន់ សាច់ត្រី - អាហារពេលព្រឹកធ្វើអំពីធាតុជាតិដែលមានសរសៃតិច - នំប៊ីស្កិត <p>កុំបរិភោគ គ្រាប់ធញ្ញជាតិ គ្រាប់រុក្ខជាតិ គ្រាប់ណាត់ (nut) សាច់ក្រហម ផ្លែឈើ នំប៉័ងធ្វើពីម្សៅសម្រូប/ពីគ្រាប់ធញ្ញជាតិទាំងមូល ពោត គ្រាប់សណ្តែកបារាំង (peas) សិល្បី (celery) ការ៉ុត</p>
	<p>វត្ថុរាវដែលថ្លា រួមមាន៖</p> <ul style="list-style-type: none"> - ទឹក - ទឹកផ្អែមធ្វើពីផ្លែឈើសម្រាប់លាយទឹកថែម - កាហ្វេ ឬ តែ (កុំដាក់ទឹកដោះគោ) - ទឹកផ្លែឈើថ្លា (កុំយកភាគ) - ទឹកភេសជ្ជៈដែលមិនមានជាតិស្ករ - ទឹកស៊ីបថ្លា <p>- កុំពិសា វត្ថុរាវដែលមានពណ៌ក្រហមឬស្វាយ និងទឹកដោះគោ</p>
	<p>ព័ត៌មានតម្រុយ៖</p> <ul style="list-style-type: none"> - សូមពិសារវត្ថុរាវដែលថ្លាឲ្យបានច្រើនបំផុតដែលអាចធ្វើបានដើម្បីកុំឲ្យខ្វះជាតិទឹកក្នុងខ្លួន (សូមព្យាយាមពិសាទឹក ៣-៦ កែវក្នុងអំឡុងពេលដែលអ្នកដឹកថ្នាំបញ្ចុះ) - ការដឹកថ្នាំបញ្ចុះនឹងធ្វើឲ្យមានការរាករូស។ សូមស្នាក់នៅក្បែរបង្គន់។ - សូមដឹកឲ្យអស់ថ្នាំបញ្ចុះ!