

ការរៀបចំបញ្ជីពេទ្យពិគ្រោះយោបល់សម្រាប់កម្មវិធីឆ្លងកោសិកាដោយដៃស្មើ

សម្រាប់កម្មវិធីឆ្លងកោសិកាដោយដៃស្មើនៅពេលរសៀល

អ្នកត្រូវការទិញពីឱសថស្ថានរបស់អ្នកនូវថ្នាំឈ្មោះ **Colonlytely (៧០ ក្រាមក្នុង១ កញ្ចប់) ចំនួន ៣ កញ្ចប់**។ សូមកុំមើលការណែនាំដែលគេសរសេរនៅលើកញ្ចប់នោះ ហើយធ្វើតាមឯកសារនេះជំនួសវិញ។

ការបញ្ជីពេទ្យពិគ្រោះយោបល់សម្រាប់កម្មវិធីឆ្លងកោសិកាដោយដៃស្មើគឺជាជំហានដំបូងក្នុងការធានាឱ្យជួបបណ្តឹងរបស់អ្នកអាចមើលខាងក្នុងពេទ្យពិគ្រោះយោបល់សម្រាប់កម្មវិធីឆ្លងកោសិកាដោយដៃស្មើ។ ប្រសិនបើពេទ្យពិគ្រោះយោបល់សម្រាប់កម្មវិធីឆ្លងកោសិកាដោយដៃស្មើមិនជ្រើសរើសអ្នកទេ កម្មវិធីឆ្លងកោសិកាដោយដៃស្មើនេះអាចត្រូវបានបញ្ឈប់ឬក៏ត្រូវធ្វើម្តងទៀត។ សូមប្រកាន់ខ្ជាប់តាមការណែនាំខាងក្រោមនេះ។

៧ ថ្ងៃមុន សូមឈប់លេបថ្នាំទប់ទល់នឹងការរាករាស និងថ្នាំជាតិដែក
២ ថ្ងៃមុន សូមប្រើប្រាស់អាហារដែលមានសរសៃតិច (សូមមើលទំព័រ២)
១ ថ្ងៃមុន អាហារពេលព្រឹកនិងថ្ងៃត្រង់៖ សូមប្រើប្រាស់អាហារដែលមានសរសៃតិច។ សូមឈាមថ្នាំ Colonlytely ក្នុងកញ្ចប់នីមួយៗជាមួយទឹក១ លីត្រ ហើយដាក់ក្នុងទូរទឹកកក។ ម៉ោង ១ រសៀល៖ សូមពិសាក្រែកដែលផ្លាស់ប្តូរឈ្មោះចាប់ពីពេលនេះទៅ ម៉ោង ៥ ល្ងាច៖ ចូរផឹកទឹកថ្នាំ Colonlytely ១ លីត្រ។ សូមបន្តពិសាក្រែកដែលផ្លាស់ប្តូរ។ ម៉ោង ៧ ល្ងាច៖ ចូរផឹកទឹកថ្នាំ Colonlytely ១ លីត្រ។ សូមបន្តពិសាក្រែកដែលផ្លាស់ប្តូរ។
នៅថ្ងៃនៃការឆ្លងកោសិកាដោយដៃស្មើ ម៉ោង ៦ ព្រឹក ៖ ពិសា Colonlytely ១ លីត្រ ឥឡូវនេះអ្នកកំពុងអត់អាហារ (អ្នកអាចលេបថ្នាំប្រចាំពេលព្រឹករបស់អ្នកជាមួយទឹកមួយចំបបាន មិនត្រូវលេបថ្នាំទឹកនោមផ្អែមទេ)។ មិនត្រូវពិសាអាហារ ស្ករកៅស៊ូ គ្រាប់ស្ករ ឬភេសជ្ជៈឡើយ។

ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរអ្វីផ្សេងៗ សូមចូលទៅ៖

<https://monashhealth.org/services/gastroenterology/patients/endoscopy/> ឬទូរសព្ទទៅ

ការិយាល័យទទួលបន្ទុកខាងការណ៍ពេទ្យពិគ្រោះយោបល់សម្រាប់កម្មវិធីឆ្លងកោសិកាដោយដៃស្មើលេខ ១៨០០ ៧៨៦ ១៨៨។

	របបអាហារដែលមានសរសៃតិចរួមមាន៖ - នំប៉័ងពណ៌ស បាយអង្ករស ប៉ាស្តា (pasta) មី - ស៊ុត (កុំចៀន) ឈើស (cheese) - បន្លែដែលបានចម្អិនល្អ (កុំយកសំបក) - សាច់មាន់ សាច់គ្រី - អាហារពេលព្រឹកធ្វើអំពីធញ្ញជាតិដែលមានសរសៃតិច - នំបីស្អីត កុំបរិភោគគ្រាប់ធញ្ញជាតិ គ្រាប់រុក្ខជាតិ គ្រាប់ណាត់ (nut) សាច់ក្រហម ផ្លែឈើ នំប៉័ងធ្វើពីម្សៅសម្រូប/ពីគ្រាប់ធញ្ញជាតិទាំងមូល ពោត គ្រាប់សណ្តែកបារាំង (peas) សិល្បី (celery) ការរុក្ខ
	វត្ថុដែលផ្លាស់រួមមាន៖ - ទឹក - ទឹកផ្អែមធ្វើពីផ្លែឈើសម្រាប់លាយទឹកផ្អែម - កាហ្វេ ឬតែ (កុំដាក់ទីដោះគោ) - ទឹកផ្លែឈើផ្លា (កុំយកកាក) - ទឹកភេសជ្ជៈដែលមិនមានជាតិស្ករ - ទឹកស៊ុបផ្លា -កុំពិសា វត្ថុដែលមានពណ៌ក្រហមឬស្វាយ និងទឹកដោះគោ
	ព័ត៌មានគម្រុយ ៖ - សូមពិសាវត្ថុដែលផ្លាស់ឲ្យបានច្រើនបំផុតដែលអាចធ្វើបានដើម្បីកុំឲ្យខ្វះជាតិទឹកក្នុងខ្លួន (សូមព្យាយាមពិសាទឹក ៣-៦ កែវក្នុងកំឡុងពេលដែលអ្នកផឹកថ្នាំបញ្ចុះ) - ការផឹកថ្នាំបញ្ចុះនឹងធ្វើឲ្យមានការរាករាស រាករាសនៅក្បែរបង្កន់។ - សូមផឹកឲ្យអស់ថ្នាំបញ្ចុះ!