

ការរៀបចំបញ្ជីលាមកសម្រាប់កម្មវិធីឆ្លុះមើលពោះវៀនធំ

សម្រាប់កម្មវិធីឆ្លុះមើលពោះវៀនធំ

អ្នកត្រូវការទិញពីឱសថស្ថានរបស់អ្នកនូវ៖ ២ កញ្ចប់នៃថ្នាំឈ្មោះ PicoPrep (១៥.៥ ក្រាមក្នុង១ កញ្ចប់) ឬថ្នាំឈ្មោះ Picosalax (១៦.១ ក្រាមក្នុង១ កញ្ចប់) និង ១ កញ្ចប់នៃថ្នាំឈ្មោះ Colonlytely (៧០ ក្រាម)។
សូមកុំមើលការណែនាំដែលគេសរសេរនៅលើកញ្ចប់នោះ ហើយធ្វើតាមឯកសារនេះជំនួសវិញ។

ការបញ្ជីលាមកឲ្យរួចរាល់ពីពោះវៀនធំគឺជាដំណាក់កាលដំបូងនៃការរៀបចំបញ្ជីលាមកសម្រាប់កម្មវិធីឆ្លុះមើលពោះវៀនធំរបស់អ្នកបានច្បាស់។ ប្រសិនបើពោះវៀនធំរបស់អ្នកមិនជ្រះស្អាតទេ កម្មវិធីឆ្លុះមើលពោះវៀនធំនេះអាចត្រូវបញ្ឈប់ឬត្រូវធ្វើម្តងទៀត។ សូមប្រកាន់ខ្ជាប់តាមការណែនាំខាងក្រោមនេះ។

៧ ថ្ងៃមុន សូមឈប់លេបថ្នាំបំបាត់ការរាករាវ និងថ្នាំជាកិដេក
២ ថ្ងៃមុន សូមប្រើរបបអាហារដែលមានសរសៃតិច (សូមមើលទំព័រ ២)
១ ថ្ងៃមុន អាហារពេលព្រឹកនិងថ្ងៃត្រងៈ សូមប្រើរបបអាហារដែលមានសរសៃតិច។ សូមលាយថ្នាំ Colonlytely ជាមួយទឹក ១ លីត្រ ហើយដាក់ក្នុងទូរទឹកកក។ ម៉ោង ១ រសៀល៖ សូមពិសាតែវត្ថុដែលល្អបំផុតចាប់ពីពេលនេះទៅ ម៉ោង ៥ ល្ងាច៖ ចូរដាក់ថ្នាំ PicoPrep ១ កញ្ចប់ក្នុងទឹក ២៥០ ម.ល, ហើយផឹកវា។ សូមបន្តពិសាវត្ថុដែលល្អ។ ម៉ោង ៧ ល្ងាច៖ ចូរផឹកទឹកថ្នាំ Colonlytely ១ លីត្រ។ សូមបន្តពិសាវត្ថុដែលល្អ។
នៅថ្ងៃនៃការឆ្លុះមើលពោះវៀនធំ ម៉ោង ៦ ព្រឹក ៖ ថ្ងៃម PicoPrep ១ កញ្ចប់ទៅក្នុងទឹក ២៥០ ម.ល, ហើយពិសាវា។ ឥឡូវនេះអ្នកកំពុងអត់អាហារ (អ្នកអាចលេបថ្នាំប្រចាំពេលព្រឹករបស់អ្នកជាមួយទឹកមួយចំបបាន មិនត្រូវលេបថ្នាំទឹកនោមផ្អែមទេ)។ មិនត្រូវពិសាអាហារ ស្ករកៅស៊ូ គ្រាប់ស្ករ ឬភេសជ្ជៈឡើយ។

ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរអ្វីផ្សេងៗ សូមចូលទៅ៖

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

ការិយាល័យទទួលបន្ទុកខាងការណែនាំពេលធ្វើការឆ្លុះមើលពោះវៀនធំនិងពោះវៀនតាមលេខ ១៨០០ ៧៨៦ ១៨៨។

	របបអាហារដែលមានសរសៃតិចរួមមាន៖ - នំប៉័ងពណ៌ស បាយអង្ករស ប៉ាស្តា (pasta) មី - ស៊ុត (កុំចៀន) ឈើស (cheese) - បន្លែដែលបានចម្អិនល្អ (កុំយកសំបក) - សាច់មាន់ សាច់គ្រី - អាហារពេលព្រឹកធ្វើអំពីធាញ្ជាជាតិដែលមានសរសៃតិច - នំបីស្អិត 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 ៖ - សូមពិសារវត្ថុដែលផ្លាស់ឲ្យបានច្រើនបំផុតដែលអាចធ្វើបានដើម្បីកុំឲ្យខ្វះជាតិទឹកក្នុងខ្លួន (សូមព្យាយាមពិសាទឹក ៣-៦ កែវក្នុងកំឡុងពេលដែលអ្នកផឹកថ្នាំបញ្ចុះ) - ការផឹកថ្នាំបញ្ចុះនឹងធ្វើឲ្យមានការរាករាស រាករាសនៅក្បែរបង្កន់។ - សូមផឹកឲ្យអស់ថ្នាំបញ្ចុះ!