

## Chuẩn bị Ruột cho Nội soi Đại tràng

### Quy trình Buổi chiều (PM)

Quý vị sẽ cần mua từ nhà thuốc: **2 gói PicoPrep (mỗi gói 15.5g) hoặc Picosalax (mỗi gói 16.1g) VÀ 1 gói Colonlytely (70g)**. Vui lòng bỏ qua hướng dẫn trên bao bì và thay vào đó làm theo tờ hướng dẫn này.

Việc làm sạch phân trong ruột rất quan trọng để đảm bảo bác sĩ có thể thấy rõ bên trong đại tràng của quý vị. Nếu đại tràng của quý vị không sạch, có thể phải dừng hoặc làm lại quy trình này. Vui lòng tuân thủ các hướng dẫn này.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7 ngày Trước đó</b><br>Ngừng dùng thuốc sắt và thuốc chống tiêu chảy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>2 ngày Trước đó</b><br>Chế độ ăn ít chất xơ (xem Trang 2)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>1 ngày Trước đó</b><br>Bữa sáng và bữa trưa: Chế độ ăn ít chất xơ.<br>Pha Colonlytely vào 1L nước và để trong tủ lạnh.<br><br><b>1h00 chiều:</b> Từ lúc này chỉ uống chất lỏng trong suốt<br><br><b>5h00 chiều:</b> Thêm 1 gói PicoPrep vào 250ml nước và uống. Tiếp tục uống chất lỏng trong suốt.<br><br><b>7h00 tối:</b> Uống 1L Colonlytely. Tiếp tục uống chất lỏng trong suốt. |
| <b>Vào Ngày Nội soi Đại tràng</b><br><b>6 giờ sáng:</b> Cho 1 gói PicoPrep vào 250ml nước và uống.<br><br>Bây giờ quý vị đang nhịn ăn (có thể uống thuốc buổi sáng với một ngụm nước; không uống thuốc trị tiểu đường). Không ăn, không nhai kẹo cao su, không ăn kẹo hoặc uống bất kỳ loại đồ uống nào.                                                                                |

Nếu quý vị có bất cứ câu hỏi nào, vui lòng truy cập:

<https://monashhealth.org/services/gastroenterology/patients/endoscopy/> hoặc gọi Văn phòng Đặt chỗ Nội soi số **1800 786 188**.

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | <p><b>Chế độ ăn ít Chất xơ</b>, bao gồm:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- bánh mì trắng, cơm trắng, mì ống, mì sợi</li> <li>- trứng (không chiên rán), pho-mát</li> <li>- rau nấu chín kỹ (<u>không có vỏ</u>)</li> <li>- gà, cá</li> <li>- ngũ cốc bữa sáng ít chất xơ</li> <li>- bánh quy</li> </ul> <p><b>Không</b> dùng hạt, hột, quả hạch, thịt đỏ, trái cây, bánh mì nguyên cám/nguyên hạt, ngô, đậu, cần tây, cà rốt</p> |
|   | <p><b>Chất lỏng trong suốt</b>, bao gồm:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nước</li> <li>- nước hoa quả</li> <li>- cà phê hoặc trà (<u>không sữa</u>)</li> <li>- nước ép trái cây trong suốt (<u>không có bã</u>)</li> <li>- nước ngọt</li> <li>- nước xuýt trong suốt</li> </ul> <p><b>Không</b> dùng chất lỏng màu đỏ hoặc tím, sữa</p>                                                                                        |
|  | <p><b>Mách nhỏ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uống càng nhiều chất lỏng trong suốt càng tốt để ngăn ngừa mất nước (nhắm uống 3-6 ly nước trong quá trình chuẩn bị)</li> <li>- quá trình chuẩn bị ruột sẽ gây tiêu chảy. Hãy ở gần nhà vệ sinh.</li> <li>- hoàn thành <b>tất cả</b> các bước chuẩn bị!</li> </ul>                                                                                                         |