

## التحضير لإجراء تنظير القولون باستخدام مستحضر MIRALAX GATORADE المضاعف (مستحضر منقسم)

اشتر المستلزمات الآتية للمستحضر المضاعف من [www.mngi.com](http://www.mngi.com) وانقر فوق شراء مجموعة التحضير قبل أسبوعين من إجراء التنظير. Gatorade غير مدرج في مجموعة التحضير ويجب شراؤه منفصلاً من متجر بقالة محلي.

اشتر المستلزمات الآتية من صيدلية محلية.

علبتان من أقراص Bisacodyl

(Dulcolax® laxative وليس Dulcolax® stool softener) كل قرص يحتوي على 5 ملغ من bisacodyl

زجاجتان 8.3 أونصة من مسحوق البولي إيثيلين جليكول (PEG) 3350 (MiraLAX أو SmoothLAX أو ClearLAX أو مكافئ عام)

128 Gatorade® أونصة (بدون نكهات حمراء اللون)

Gatorade® عادي و Gatorade G2® و Powerade® و Powerade Zero® و Pedialyte® أو Propel وسائل وريدي وغيرها من المشروبات المنحلة بالكهرباء مقبولة. النكهات الحمراء غير مسموح بها؛ جميع الألوان الأخرى (الأصفر والأخضر والبرتقالي والأرجواني والأزرق) مقبولة.

**التحضير لتنظير القولون – من أجل سلامتك، توقف عن تناول أي سوائل أو أي شيء عن طريق الفم قبل 3 ساعات من إجراء التنظير وإلا فسيتم إلغاء التنظير وتغيير موعده. يرجى اتباع التعليمات المفصلة أدناه.**

### إلغاء موعده أو تغييره:

إذا كنت مصاباً بـ COVID-19 أو عرضة لـ COVID-19 أو ظهرت عليك أعراض شبيهة بأعراض COVID-19 في أي وقت بعد تحديد هذا الموعد، يرجى الاتصال بمكتبنا لتحديد ما إذا كان من الممكن متابعة زيارتك. قد تختلف إرشادات COVID-19 لمرافق الرعاية الصحية عن إرشادات المجتمع. بالإضافة إلى ذلك، إذا كنت تعاني من أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا (مثل الحمى والسعال وضيق التنفس) في غضون 14 يوماً من موعده، يرجى الاتصال بمكتبنا لتغيير الموعد. إذا كنت تعاني من أي حالة طبية تم تشخيصك بها حديثاً (مثل التهاب الرئج أو مشاكل في القلب أو مشاكل في التنفس)، يرجى الاتصال بمكتبنا. إذا كنت بحاجة إلى إلغاء موعده أو تغييره لأي سبب آخر، يرجى الاتصال بالرقم 612-871-1145 قبل 72 ساعة على الأقل من موعده.

### النقل:

عليك الترتيب مع شخص مسؤول لمرافقتك إلى إجراء التنظير. ركوب سيارة أجرة ليس خياراً مناسباً إلا إذا كنت برفقة شخص مسؤول. إذا فشلت في ترتيب النقل مع شخص مسؤول، فسيتم إلغاء الإجراء وتغيير موعده. حسب درجة انتشار COVID-19، قد يتمكن السائق من الانضمام قبل الإجراء وبعده وقد لا يتمكن من ذلك.

### 7 أيام قبل الإجراء:

- توقف عن تناول مكملات الألياف والأدوية التي تحتوي على الحديد. يشمل ذلك الفيتامينات المتعددة التي تحتوي على الحديد والميتاموسيل وفابيركون.
- حدد سائناً من أجل الإجراء الخاص بك.

### 3 أيام قبل الإجراء:

- ابدأ نظاماً غذائياً منخفض الألياف. يساعد اتباع نظام غذائي منخفض الألياف على جعل التنظيف أكثر فاعلية.

تشمل الأمثلة على نظام غذائي منخفض الألياف (على سبيل المثال لا الحصر): الخبز الأبيض والأرز الأبيض والمعكرونة والمقرمشات والأسماك والدجاج والبيض واللحم البقري المفروم وزبدة الفول السوداني الدسمة والخضروات المطبوخة أو المسلوقة والفواكه المعلبة والموز والبطيخ والحليب والزبادي العادي والجبن وتتبيلة السلطة والتوابل الأخرى.

إذا كنت تتبع نظامًا غذائيًا خاليًا من الغلوتين، فابحث عن العناصر التي تحتوي على أقل من 2 جرام من الألياف لكل وجبة، بما في ذلك الخبز والمعكرونة والوافل والفطائر المحلاة والحبوب الباردة وكعك الأرز ومقرمشات الأرز وكريمة الأرز.

○ لا يُسمح بالآتي في النظام الغذائي منخفض الألياف: البذور والمكسرات والفسار والنخالة والقمح الكامل والذرة والكينوا والفواكه والخضروات النيئة والتوت والفواكه المجففة والفاصوليا والعدس.

لمزيد من التفاصيل حول اتباع نظام غذائي منخفض الألياف، يرجى الاطلاع على [www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet](http://www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet)

### يومان قبل الإجراء:

- توقف عن تناول الأطعمة الصلبة في الصباح.
- ابدأ نظامًا غذائيًا بسوائل شفافة (تشمل السوائل الشفافة السوائل التي يمكنك الرؤية من خلالها).
- تشمل الأمثلة على النظام الغذائي بسوائل شفافة: الماء أو الحساء أو المرق الشفاف (تتوفر خيارات خالية من الغلوتين)، أو مشروب الطاقة غاتوريد أو محلول بديلايت أو مشروب باوريد، والمشروبات الغازية وغير الغازية (Sprite أو Up-7 أو Gingerale)، وعصائر الفاكهة المصفاة بدون لب (تفاح أو عنب أبيض أو توت بري أبيض)، والجيلي ومصاصات الثلجات وما يصل إلى كوب واحد من القهوة السادة أو الشاي (من دون حليب أو قشدة) كل يوم.

○ لا يُسمح بالآتي في النظام الغذائي بسوائل شفافة: السوائل الحمراء والمشروبات الكحولية ومنتجات الألبان ومخفوق البروتين وحساء الكريمة والعصير باللب والمنتجات التي تحتوي على الزيت وتبغ المضغ.

○ لمزيد من التفاصيل حول اتباع نظام غذائي بسوائل شفافة، يرجى الاطلاع على <https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet>

- بين الساعة 4 إلى 6 مساءً: اشرب Miralax – مستحضر Gatorade.
- امزج زجاجة واحدة من Miralax بـ 64 أونصة من Gatorade في إبريق كبير.
- اشرب كوبًا من 1 إلى 8 أونصات من محلول Miralax/Gatorade.
- استمر في شرب كوب من 1 إلى 8 أونصات كل 15 دقيقة بعد ذلك حتى يختفي الخليط.

### يوم واحد قبل الإجراء:

- استمر في اتباع نظام غذائي بسوائل شفافة
- وقت الظهيرة: تناول قرصين من أقراص Bisacodyl (Dulcolax)
- بين الساعة 4 إلى 6 مساءً: اشرب Miralax – مستحضر Gatorade.
- امزج زجاجة واحدة من Miralax بـ 64 أونصة من Gatorade في إبريق كبير.
- اشرب كوبًا من 1 إلى 8 أونصات من محلول Miralax/Gatorade.
- استمر في شرب كوب من 1 إلى 8 أونصات كل 15 دقيقة بعد ذلك حتى يختفي ½ (نصف) الخليط.

**نصائح لتطهير القولون:** اشرب كميات كافية من السوائل قبل تطهير القولون وبعده لمنع الجفاف. ابق بالقرب من المراض لأنك ستصاب بالإسهال. استمر في شرب محلول التنظيف كل 15 دقيقة حتى لو كنت جالسًا على المراض. إذا شعرت بالغثيان أو القيء، فمضغ فمك بالماء وخذ استراحة لمدة 15 إلى 30 دقيقة ثم استمر في شرب المحلول. ستشعر بعدم الراحة حتى يخرج البراز من القولون (في غضون ساعتين إلى 4 ساعات). قد تشعر بالبرودة.

### يوم الإجراء:

يمكنك تناول جميع الأدوية الصباحية، بما في ذلك أدوية ضغط الدم ومميعات الدم (إذا لم تكن قد تلقيت تعليمات بإيقاف هذه الأدوية من قبل مكتبنا) والميتادون والأدوية المضادة للتشنج مع رشقات من الماء قبل 3 ساعات من إجراء التنظير أو قبل ذلك. لا تتناول أي فيتامينات أو مكملات غذائية يمكن مضغها. إذا كنت مصابًا بداء السكري، يرجى الاتصال بمقدم المراقبة الخاص بك لمزيد من التوجيهات بشأن الأنسولين و/أو إدارة نسبة السكر في الدم.

استمر في اتباع النظام الغذائي بالسوائل الشفافة حتى 3 ساعات قبل الإجراء ثم توقف عن الشرب. تجنّب السوائل الحمراء والمشروبات الكحولية ومنتجات الألبان ومخفوق البروتين وحساء الكريمة والعصير باللب والمنتجات التي تحتوي على الزيت وتبغ المضغ والعقاقير غير المشروعة. سيؤدي استخدام هذه العناصر إلى إلغاء الإجراء الخاص بك.

- 4 ساعات قبل وقت الإجراء (على سبيل المثال: الساعة 3:30 صباحًا والإجراء في الساعة 7:30 صباحًا):

○ اشرب كوبًا من 1 إلى 8 أونصات من محلول Miralax/Gatorade. استمر في شرب كوب من 1 إلى 8 أونصات كل 15 دقيقة بعد ذلك حتى يختفي باقي الخليط. يجب أن يتم ذلك خلال ساعة واحدة.

• **3 ساعات قبل وقت الإجراء (على سبيل المثال: الساعة 4:30 صباحًا والإجراء في الساعة 7:30 صباحًا)**

- توقف عن تناول جميع السوائل.
- لا تتناول أي شيء عن طريق الفم خلال هذا الوقت.
- يُنصح بإتاحة وقت إضافي وأنت في طريقك إلى الإجراء لأنك قد تحتاج إلى التوقف واستخدام دورة مياه.

تصبح مستعدًا للإجراء إذا اتبعت جميع التعليمات ولم يعد هناك براز إلا سائل شفاف أو أصفر. إذا لم تكن متأكدًا ما إذا كان قولونك نظيفًا أم لا، فيرجى الاتصال بمكتبنا على الرقم 612-871-1145 قبل المغادرة لموعدك.

## وصف تنظير القولون

### ما هو تنظير القولون؟

يُعد تنظير القولون الاختبار الأكثر دقة للكشف عن سلائل القولون وسرطان القولون، وهو الاختبار الوحيد الذي يمكن فيه استئصال السلائل. خلال هذا الإجراء، يفحص الطبيب بطانة الأمعاء الغليظة والمستقيم من خلال أنبوب مرن يُسمى منظار القولون. يتم إدخال منظار القولون في فتحة الشرج ويتقدم ببطء عبر القولون.

للحصول على أفضل النتائج، سيُشرب المريض مستحضرًا لتنظيف الأمعاء للمساعدة في تنظيف القولون. حتى إذا كان برازك شفافًا، فمن المهم أن تتناول كل تحضيرات القولون حسب التوجيهات لأن جسمك يصنع سوائل دائمًا ويمكن أن تختبئ السلائل الصغيرة خلف هذا السائل.

### ماذا يحدث في أثناء تنظير القولون؟

خطط لقضاء ما يصل إلى ساعتين في مركز التنظير يوم تنظير القولون. يستغرق الإجراء نفسه من 20 إلى 40 دقيقة تقريبًا لإكماله.

### قبل الإجراء:

سيراجع فريق الرعاية الصحية الخاص بك تاريخك الطبي معك، بما في ذلك ممرض وطبيب أمراض الجهاز الهضمي وطبيب التخدير وسيتم وضع أنبوب حقن وريدي.

### في أثناء الإجراء:

في أثناء الإجراء، سيعطيك مقدم التخدير الأدوية ويراقب العلامات الحيوية وهي عملية تعرف باسم رعاية التخدير الخاضعة للمراقبة (MAC). في حين أن معظم المرضى ينامون خلال هذا الإجراء، يبقى البعض مستيقظين وواعين. سيساعد طبيب التخدير و/أو ممرض التخدير المسجل المعتمد (CRNA) في تحديد نوع الدواء المناسب لاستخدامه في أثناء الإجراء للحفاظ على سلامتك وراحتك. إذا تم العثور على أنسجة أو سلائل غريبة، فيجوز للطبيب إزالتها خلال منظار القولون لفحصها عن كثب أو أخذ خزعة.

### ماذا يحدث بعد الإجراء؟

سيحدث الطبيب معك حول النتائج الأولية للإجراء وسيعد تقريرًا كاملاً لمقدم الرعاية الصحية الذي أحالك إلى تنظير القولون. قد تعاني من بعض التقلصات أو الانتفاخ بعد الإجراء وهو أمر طبيعي ويجب أن يختفي بسرعة عن طريق إخراج الغازات. سيتم إرسال أي عينات من الأنسجة أو السلائل التي تم استئصالها خلال الإجراء إلى المختبر لتقييمها. قد يستغرق الأمر من 5 إلى 7 أيام عمل حتى يتم إبلاغك بالنتائج عبر البريد أو من خلال بوابة المريض.

يمكنك استئناف معظم أنشطتك المعتادة في اليوم التالي للإجراء. ومع ذلك، ستمنعك الأدوية التي تُعطى خلال الإجراء من القيادة لبقية اليوم. يُنصح أيضًا بتجنب السفر جواً لمدة 24 ساعة بعد الإجراء. يمكنك استئناف نظامك الغذائي المعتاد، لكن يجب تجنب الكحول حتى اليوم التالي بعد الإجراء.

### هل هناك مضاعفات محتملة من تنظير القولون؟

على الرغم من ندرة المضاعفات الخطيرة، فإن أي إجراء طبي ينطوي على مخاطر محتملة. تشمل المخاطر الناجمة عن الإجراء انثقابًا أو تمزقًا في بطانة القولون ونزيفًا من موقع أخذ الخزعة ورد فعل تجاه الأدوية ومشاكل في القلب والرئتين وإصابات في الأسنان أو العينين.