

ПОДГОТОВКА К КОЛОНОСКОПИИ: ДВОЙНАЯ СХЕМА ПОДГОТОВКИ КИШЕЧНИКА — MIRALAX/GATORADE (ДРОБНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ)

Приобретите указанные ниже расходные материалы для ДВОЙНОЙ СХЕМЫ ПОДГОТОВКИ на www.mngi.com. Для этого просто нажмите кнопку *Purchase Prep Kit* (Приобрести набор для подготовки) за две недели до процедуры. Gatorade не входит в набор для подготовки и должен быть приобретен отдельно в местном продуктовом магазине.

Купите в местной аптеке следующие расходные материалы:

2 таблетки бисакодила

(слабительное Dulcolax®, а не размягчитель стула Dulcolax®) — каждая таблетка содержит 5 мг бисакодила

2 флакона по 8,3 унции (235,3 г) порошка полиэтиленгликоля (ПЭГ) 3350

(MiraLAX, SmoothLAX, ClearLAX или эквивалентный непатентованный препарат)

128 унций (3785 мл) напитка Gatorade® (без вкусоароматических добавок, окрашивающих напитков в красный цвет)

Допустимы обычные напитки Gatorade®, Gatorade G2®, Powerade®, Powerade Zero®, Pedialyte или Propel®, Liquid IV и другие напитки с электролитом. Не допускаются напитки с вкусоароматическими добавками, придающими напитку красный цвет; напитки всех остальных цветов (желтый, зеленый, оранжевый, фиолетовый, синий) можно использовать.

ПОДГОТОВКА К КОЛОНОСКОПИИ. В целях безопасности **ПРЕКРАТИТЕ** употребление каких-либо жидкостей, а также других продуктов и лекарственных средств для приема внутрь, за 3 часа до колоноскопии, иначе процедура будет отменена и перенесена. Следуйте приведенным ниже подробным инструкциям.

Отмена или перенос приема у врача

Если после того, как вам был назначен прием у врача, вы заболите COVID-19, заразитесь COVID-19 или у вас появятся симптомы, похожие на COVID-19, позвоните в наш офис — мы примем решение в отношении возможности вашего визита. Рекомендации в отношении COVID-19 для медицинских учреждений могут отличаться от рекомендаций для сообщества. Кроме того, если у вас появились гриппоподобные симптомы (такие как лихорадка, кашель, одышка) в течение 14 дней до вашего визита, позвоните, чтобы перенести визит на другое время. Если вам недавно диагностировали какое-либо заболевание (например, дивертикулит, проблемы с сердцем, проблемы с дыханием), позвоните в наш офис. Если вам необходимо отменить или перенести прием у врача по любой другой причине, позвоните по телефону 612-871-1145 не позднее чем за 72 часа до назначенного визита.

Транспортировка

Вы должны договориться с ответственным человеком, который будет сопровождать вас на процедуру. Поездка на такси не подходит, если вас не будет сопровождать ответственный человек. Если вы не договоритесь с ответственным человеком о сопровождении вас в поездке, ваша процедура будет отменена и перенесена. В зависимости от ситуации в отношении COVID-19 ваш водитель/сопровождающий сможет или не сможет быть вместе с вами до и после процедуры.

За 7 дней до процедуры

- Прекратите прием пищевых добавок с клетчаткой и препаратов, содержащих железо. Сюда входят поливитамины с железом, Metamucil® и FiberCon.
- Подтвердите, что у вас есть водитель/сопровождающий, который отвезет вас на процедуру.

За 3 дня до процедуры

- Начните соблюдать диету с низким содержанием клетчатки. Диета с низким содержанием клетчатки помогает сделать очищение более эффективным.
 - Примеры продуктов с низким содержанием клетчатки включают, помимо прочего: белый хлеб, белый рис, макароны, крекеры, рыба, курица, яйца, говяжий фарш, арахисовая паста, вареные / термически обработанные овощи, консервированные фрукты, бананы, дыни,

молоко, йогурт без добавок, сыр, заправка для салата и другие приправы. Если вы придерживаетесь безглютеновой диеты, выбирайте продукты, содержащие менее 2 граммов клетчатки на порцию, включая хлеб, макароны, вафли, блины, злаковые хлопья с холодным молоком, рисовые лепешки, рисовые крекеры и рисовый крем.

- На диете с низким содержанием клетчатки запрещены: семечки, орехи, попкорн, отруби, цельнозерновая пшеница, кукуруза, киноа, сырые фрукты и овощи, ягоды и сухофрукты, бобы и чечевица.

Дополнительную информацию о соблюдении диеты с низким содержанием клетчатки см. на www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet

За 2 дня до процедуры

- Откажитесь от приема твердой пищи по утрам.
- Перейдите на диету с употреблением прозрачных жидкостей (к прозрачным жидкостям относятся вещества, сквозь которые вы можете видеть).
 - Примеры прозрачных жидкостей: вода, прозрачный бульон (доступны безглютеновые варианты), Gatorade, Pedialyte или Powerade, газированные и негазированные безалкогольные напитки (Sprite, 7-Up, Gingerale), процеженные фруктовые соки без мякоти (из яблок, белого винограда, белой клюквы), желатиновый десерт Jell-O, фруктовое мороженое и до одной чашки черного кофе или чая (без молока или сливок) каждый день.
 - На диете с употреблением прозрачных жидкостей запрещены: жидкости красного цвета, алкогольные напитки, молочные продукты, протеиновые коктейли, бульоны со сливками или сметаной, соки с мякотью, продукты, содержащие растительные масла, и жевательный табак.
 - Дополнительную информацию о соблюдении диеты с низким содержанием клетчатки см. на <https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet>
- **С 16:00 до 18:00:** пейте смесь Miralax и Gatorade.
 - Смешайте 1 флакон Miralax с 64 унциями (1893 мл) Gatorade в большом кувшине или графине.
 - Выпейте 1 стакан раствора Miralax/Gatorade объемом 8 унций (236,6 мл).
 - После этого продолжайте пить раствор по 1 стакану объемом 8 унций (236,6 мл) каждые 15 минут, пока смесь не закончится.

За 1 день до процедуры

- Продолжайте диету с употреблением прозрачных жидкостей
- **В полдень:** примите 2 таблетки бисакодила (Dulcolax).
- **С 16:00 до 18:00:** пейте смесь Miralax и Gatorade.
 - Смешайте 1 флакон Miralax с 64 унциями (1893 мл) Gatorade в большом кувшине или графине.
 - Выпейте 1 стакан раствора Miralax/Gatorade объемом 8 унций (236,6 мл).
 - После этого продолжайте пить по 1 стакану объемом 8 унций (236,6 мл) каждые 15 минут, пока не закончится ½ (половина) смеси.

Советы по очищению толстого кишечника: пейте достаточное количество жидкости до и после очищения толстого кишечника, чтобы предотвратить обезвоживание. Не отходите далеко от туалета, потому что у вас будет диарея. Даже если вы сидите на унитазе, продолжайте пить очищающий раствор каждые 15 минут. Если вы чувствуете тошноту или позывы к рвоте, прополощите рот водой, сделайте перерыв от 15 до 30 минут, а затем продолжайте пить раствор. Вы будете чувствовать себя некомфортно до тех пор, пока все содержимое не выйдет из толстой кишки (примерно через 2–4 часа). У вас может быть озноб.

День проведения процедуры

Вы можете принять все лекарственные препараты, которые вы обычно принимаете утром, включая лекарства для снижения артериального давления, препараты для разжижения крови (если в нашем кабинете вы не получили указания прекратить их прием), метадон, противосудорожные препараты, запивая их глотками воды, за **3 часа до проведения процедуры или раньше**. Не принимайте жевательные витамины или пищевые добавки. Если у вас сахарный диабет, обратитесь к своему лечащему врачу для получения дальнейших указаний по инсулинотерапии и (или) контролю уровня сахара в крови.

Продолжайте диету с употреблением прозрачных жидкостей вплоть до момента, когда **до процедуры останется 3 часа**, затем прекратите пить. Избегайте употребления напитков красного цвета, алкогольных напитков, молочных продуктов, протеиновых коктейлей, бульонов со сливками или сметаной, соков с мякотью, продуктов, содержащих растительные

масла, жевательного табака и запрещенных наркотиков. Их употребление приведет к отмене процедуры.

- **За 4 часа до начала процедуры** (например, в 03:30 в случае процедуры, назначенной на 07:30):
 - выпейте 1 стакан раствора Miralax/Gatorade объемом 8 унций (236,6 мл). После этого продолжайте пить по 1 стакану объемом 8 унций (236,6 мл) каждые 15 минут, пока не выпьете смесь до конца. Это необходимо сделать в течение часа.

- **За 3 часа до начала процедуры** (например, в 04:30 в случае процедуры, назначенной на 07:30)
 - ПРЕКРАТИТЕ пить какую-либо жидкость.
 - Не принимайте ничего внутрь в течение этого времени.
 - Планируйте время для поездки на процедуру с запасом, так как вам может понадобиться остановиться и воспользоваться туалетом по пути.

Вы готовы к процедуре, если выполнили все инструкции и ваш стул перестал быть оформленным и представляет собой прозрачную или желтоватую жидкость. Если вы не уверены, очистилась ли ваша толстая кишка, позвоните в наш офис по телефону 612-871-1145 до того, как отправитесь на процедуру.

ОПИСАНИЕ КОЛОНОСКОПИИ

Что такое колоноскопия?

Колоноскопия является наиболее точным методом выявления полипов и рака толстой кишки, а также единственным исследованием, во время которого можно удалить полипы. Во время этой процедуры врач осматривает слизистую оболочку толстой и прямой кишки с помощью гибкой трубки, называемой колоноскопом. Колоноскоп вводят в задний проход и медленно продвигают по толстой кишке.

Для получения наилучших результатов перед процедурой вы будете пить препарат для очистки кишечника, который поможет очистить толстую кишку. Даже если у вас прозрачный стул, важно принять все препараты для очищения толстой кишки в соответствии с инструкциями, потому что ваше тело постоянно выделяет жидкость, и за этой жидкостью могут скрываться небольшие полипы.

Что происходит во время процедуры колоноскопии?

Рассчитывайте на то, что в день проведения колоноскопии вы проведете в центре эндоскопии до 2 часов. Сама процедура занимает от 20 до 40 минут.

Перед процедурой

Команда медицинских специалистов, включая медсестру, врача-гастроэнтеролога и анестезиолога/анестезиста, уточнит у вас медицинский анамнез, после чего вам поставят капельницу.

Во время процедуры

Во время процедуры анестезиолог/анестезист будет вводить лекарственные средства и следить за жизненно важными показателями. Этот процесс известен как контролируемая анестезия (Monitored Anesthesia Care, MAC). Хотя большинство пациентов спят во время процедуры, некоторые остаются бодрствующими и в сознании. Анестезиолог и (или) сертифицированный дипломированный анестезист (certified registered nurse anesthetist, CRNA) помогут определить подходящий тип препарата, который будет использоваться во время процедуры, чтобы обеспечить вашу безопасность и комфорт. Если во время процедуры будут обнаружены патологические участки ткани или полипы, врач может удалить их при помощи колоноскопа и отправить на более тщательное исследование, или биопсию.

Что происходит после процедуры?

Врач обсудит с вами предварительные результаты процедуры и подготовит полный отчет для поставщика медицинских услуг, направившего вас на колоноскопию. После процедуры вы можете ощущать спазмы или вздутие живота. Это нормально и проходит после отхождения газов. Образцы тканей или полипы, удаленные во время процедуры, отправляют в лабораторию на исследование. Вы получите результаты исследования по почте или через Patient Portal (Портал для пациентов) в течение 5–7 рабочих дней.

На следующий день после процедуры вы по большей части сможете вернуться к своей обычной деятельности. Однако из-за введенных во время процедуры лекарственных средств вам запрещено управлять автомобилем до конца дня. Вам также рекомендуется избегать авиаперелетов в течение 24 часов после процедуры. Вы можете вернуться к своему обычному рациону, однако следует избегать употребления алкоголя до следующего дня после процедуры.

Возможны ли осложнения при колоноскопии?

Хотя серьезные осложнения встречаются редко, любая медицинская процедура сопряжена с риском. Риски, связанные с процедурой, включают перфорацию или разрыв слизистой оболочки толстой кишки, кровотечение из места биопсии, реакцию на лекарственные средства, проблемы с сердцем и легкими, а также травмы зубов или глаз.