

## Příprava ke kolonoskopii: Příručka pro pacienta

### LÉKY:

#### Týden před vyšetřením zkontrolujte, zda neužíváte:

- léky obsahující železo - pokud ano, vysadte je alespoň 5 dní před vyšetřením
- **Warfarin** nebo **nízkomolekulární heparin** (poradte se individuálně s odesílajícím lékařem o jejich eventuálním přechodném vysazení)
- léky snižující hladinu krevního cukru (**inzulín, antidiabetika**) - konzultujte s Vaším diabetologem či odesílajícím lékařem podávání těchto léků v období před kolonoskopií
- ostatní léky (například antihypertenziva) není třeba vysazovat (v den vyšetření užíjte ranní léky jako obvykle)
- **léky sami nevysazujte, konzultujte vše se svým ošetřujícím lékařem!!!**

### DIETA:

#### 5 dní před vyšetřením:

##### **Celých 5 dní před vyšetřením navyšte denní příjem tekutin o 0,5 až 1 litr**

- vynechejte potraviny s velkým množstvím nestravitelných zbytků a vysokým podílem vlákniny, protože se vláknina střevní sliznicí nevstřebává
- vlákninu obsahují především celozrnné obilniny, luštěniny, většina ovoce a zeleniny
- během diety před vyšetřením pijte stále dostatečné množství tekutin

##### **Nevhodné:**

- nápoje: plnotučné mléko, turecká káva (možno instantní kávu/espresso), kakao, ovocné šťávy, jakýkoli alkohol, coca-cola, tonic
- ovoce: syrové, kompoty, ovoce obsahující zrníčka – jahody, maliny, angrešt, kiwi
- zelenina: žádná syrová, nakládaná ani mražená, sterilované saláty s nálevy, kapusta, zelí, kedlubny, ředkvičky, pórek, cibule, česnek, rajčata, okurky, květák, křen, mák
- luštěniny v jakékoli úpravě
- houby včetně odvaru z hub
- maso: bůček, lojovaté hovězí, příliš tučné vepřové, uzené, skopové, zvěřina, vnitřnosti
- uzeniny: kromě dušené šunky vše ostatní (salámy, párky, klobásy, jitrnice, jelita, tlačěnka, paštiky, masové konzervy)
- tuky: lůj, sádlo, škvarky, šlehačka
- přílohy: brambory se slupkou, kynuté knedlíky, smažené bramborové hranolky a krokety
- pochutiny: kečup, hořčice, majonézy, tatarská omáčka, lahůdkářské saláty

##### **Nepovolené technologické postupy při přípravě pokrmů:**

- smažení, restování, pečení na tuku, postupy, při kterých vzniká tvrdá kůrka, zahušťování jíškou

**Vhodné:**

- nápoje: čaj, minerálky bez kysličníku uhličitého, slabé ovocné šťávy
- pečivo: pouze bílé (veka, rohlíky)
- přílohy: bramborová kaše (naposledy 3 dny před vyšetřením), vařené brambory, těstoviny, jemný knedlík, loupaná rýže
- polévky: pouze vývar z libového masa, event. doplněný rýží nebo těstovinami
- maso: pouze libové (telecí, hovězí, kuřecí, ryby, dušená šunka)
- tuky: máslo na pečivo
- mléčné výrobky: sýry nízkotučné, netučný tvaroh, vejce
- ovoce: syrové pouze banány, jablka oloupaná podusit zcela do měkka nebo mixovat
- zelenina: žádná syrová, jen mrkev jemně nastrouhaná a dušená, mrkvové pyré

**Povolené technologické postupy při přípravě pokrmů:**

- vaření, dušení, pečení bez většího množství tuku; pokrmy doplnit máslem až po dohotovení, **nepřepalovat tuk!!!**

**DEN PŘED VYŠETŘENÍM:**

- celý den pijte jen čiré tekutiny (voda, limonáda, ovocná šťáva, čaj, káva- pouze instantní, ne turecká káva, čirý masový vývar)
- snídaně – lehká (např. jogurt bílý)
- oběd – čirý bujón nebo čirý vývar z libového masa (poslední jídlo před vyšetřením)
- vyvarujte se mléka a alkoholu
- celý den zvyšujte svůj obvyklý příjem tekutin (pouze NEPERLIVÁ VODA)
- neomezujte fyzickou aktivitu
- v podvečerních hodinách zahajte přípravu projímadlem
- **DŮLEŽITÉ – VEŠKERÁ PROJÍMADLA NUTNO POUŽÍT DĚLENĚ!!!**

**V DEN VYŠETŘENÍ:**

- po přípravě projímadlem můžete pít pouze kohoutkovou vodu (neperlivou) v případě žízně
- k vyšetření si doneste žádanku od odesílajícího lékaře a seznam Vámi užívaných léků
- při výkonu se podávají léky, které zlepšují Váš komfort a pohodlí (způsobují spavost a působí proti bolesti) a po kterých je nutný odpočinek na dospávacím traktu
- formou nitrožilní injekce: odpočinek 60–90 minut, nelze po výkonu řídit motorová vozidla (vhodné mít doprovod a zajištěný odvoz)
- formou inhalace: odpočinek 20 minut, lze řídit motorová vozidla

**S sebou si vezměte:**

- pohodlné (bavlněné) triko v délce do pasu
- kolonoskopické šortky obdržíte před vyšetřením zdarma
- neperlivý nápoj
- lehkou svačinu na dobu po vyšetření

## **PROJÍMADLA:**

### **Den před vyšetřením a v den vyšetření:**

#### **Příprava polyetylen glykolem 2 + 2 litry (přípravek FORTTRANS)**

- den před vyšetřením večer přibližně od 19 hodin vypijte 2 litry roztoku (1 sáček přípravku Fortrans do 1 litru vody) - pijte přibližně rychlostí 1 litr za hodinu
- další 2 litry vypijte tak, abyste přípravu skončili nejdříve 6 hodin a nejpozději 4 hodiny před začátkem vyšetření
- přípravek chutná lépe chlazený a ochucený, např. sirupem
- doporučený režim dodržte i tehdy, pokud z konečníku odchází čirá tekutina, i pokud kvůli přípravě musíte v noci vstát (je to nejlepší způsob k důkladnému vyčištění střeva a dobré přehlednosti)
- také během přípravy projímadla pijte hodně čiré tekutiny – pouze 4 hodiny před kolonoskopií již nic nepijte

#### **Příprava polyetylen glykolem (přípravek FORTTRANS)**

##### **s VITAMINEM C (8 rozpustných tablet po 1000 mg) – volně prodejný v lékárně**

- den před vyšetřením večer přibližně od 19 hodin vypijte 2 litry přípravku Fortrans + 4000 mg rozpustného vitamínu C - roztok pijte rychlostí 1 litr za hodinu
- další 2 litry vypijte tak, abyste přípravu skončili nejdříve 6 hodin a nejpozději 4 hodiny před začátkem vyšetření
- celkem užijte 8000 mg vitamínu C (většina vitamínu se nevstřebává a působí pouze jako projímadlo)

#### **Příprava EZICLEN**

- den před vyšetřením v 19 hodin nalijte obsah 1 láhve do odměrky a přidejte vodu k přípravku, dokud hladina nedosáhne rysky uvedené na odměrce (celkový objem přibližně 0,5 litru)
- během následující hodiny vypijte veškerý roztok z odměrky
- postupně v průběhu následující hodiny vypijte další 2 odměrky naplněné vodou nebo jinou čirou tekutinou
- v den vyšetření zopakujte stejný postup tak, abyste skončili s přípravou nejdříve 6 hodin a nejpozději 4 hodiny před začátkem vyšetření
- účinek přípravku nastupuje přibližně 2 hodiny po vypití
- doporučený postup dodržte i tehdy, pokud z konečníku odchází čirá tekutina, i pokud kvůli přípravě musíte vstávat v noci

#### **Příprava CLENSIA**

##### **balení přípravku obsahuje celkem 4 sáčky A (velké) a 4 sáčky B (malé) - rozmícháním všech sáčků získáte celkem 2 litry projímavého roztoku**

- den před vyšetřením přibližně v 19 hodin otevřete 2 sáčky A (velké) a 2 sáčky B (malé) a vsypejte obsah těchto sáčků do nádoby, do které pak vlijte 1 litr vody
- míchejte celý obsah, dokud se vše nerozpustí
- roztok vypijte během 1 až 1,5 hodiny
- dále vypijte alespoň dalších 0,5 litru vody nebo jiné čiré tekutiny v průběhu následující hodiny
- další 2 sáčky A (velké) a 2 sáčky B (malé) opět rozmíchejte stejným způsobem v 1 litru vody a vypijte tak, abyste skončili s přípravou nejdříve 6 hodin a nejpozději 4 hodiny před začátkem vyšetření