

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 (**inzulin, 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 užijte ranní léky nejpozději 2 hodiny před vyšetřením- zapijte malým množstvím čisté neperlivé vody)
- **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 na minimálně 2 l tekutin denně

- 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, zelí, zelí, kedlubny, ředkvičky, pórek, cibule, česnek, rajčata, okurky, květák, křen, mák
- luštěniny v jakékoli úpravě
- houby, ani odvar z hub
- maso: bůček, lojovaté hovězí, příliš tučné vepřové, uzené, skopové, zvěřina, vnitřnosti
- uzeniny: kromě dušené šunky vše ostatní (salámy, párky, klobásy, jitrnice, jelita, tlačinka, paštiky, masové konzervy)
- tuky: lůj, sádlo, škvarky, šlehačka
- přílohy: brambory se slupkou, kynuté knedlíky, smažené bramborové hranolky a krokety
- pochutiny: kečup, hořčice, majonézy, tatarská a sójová omáčka, lahůdkářské saláty

Nepovolené technologické postupy:

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

Vhodné:

- nápoje: čaj, minerálky bez kysličníku uhličitého, slabé ovocné šťávy bez dužiny
- pečivo: pouze bílé (veka, rohlíky)
- přílohy: vařené brambory, těstoviny, jemný knedlík
- přílohy naposledy 3 dny před vyšetřením: bramborová kaše a 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 nastrohaná a dušená, mrkvové pyré

Technologické postupy při vaření:

- vařit, dusit, péci bez většího množství tuku, pokrmy doplnit máslem až po dohotovení, **nepřepalovat tuk!!!**

Den před vyšetřením:

- celý den zvyšujte příjem tekutin (nejvhodnější NEPERLIVÁ VODA), v omezeném množství lze čaj, káva pouze instantní
- snídaně - lehká (např. jogurt nízkotučný bílý)
- oběd - čirý bujón nebo čirý vývar z libového masa (poslední jídlo před vyšetřením)
- vyvarujte se mléka a alkoholu
- neomezujte fyzickou aktivitu
- v podvečerních hodinách zahajte přípravu projímadlem
- **DŮLEŽITÉ – VEŠKERÁ PROJÍMADLA NUTNO POUŽÍT DĚLENĚ!!!**

Den vyšetření:

- po přípravě projímadlem můžete pít v případě žízně neochucenou neperlivou vodu
- **2 hodiny** před vyšetřením již nepijte
- při výkonu se podávají léky formou nitrožilní injekce, které zlepšují Váš komfort a pohodlí (způsobují spavost a působí proti bolesti), a po kterých je nutný odpočinek na dospávacím traktu 30–90 minut, nelze po výkonu řídit motorová vozidla (vhodné mít doprovod a zajištěný odvoz)

S sebou si vezměte:

- žádanku k vyšetření a seznam užívaných léků, průkaz pojištěnce, doklad totožnosti
- v případě lékařských zpráv z předchozích vyšetření je vhodné tyto mít s sebou
- pohodlné (bavlněné) triko v délce do pasu
- kolonoskopické šortky obdržíte před vyšetřením zdarma
- neperlivý nápoj na dobu po vyšetření

PROJÍMADLA:

Den před vyšetřením a v den vyšetření:

Příprava 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 v den výkonu vypijte tak, abyste přípravu zahájili 6 hodin a dokončili 4 hodiny před začátkem vyšetření
- přípravek chutná lépe chlazený a ochucený, např. sirupem nebo ovocnou šťávou **bez dužiny**
- do každého litru projímadla lze přidat 1 tabletu (1000 mg) šumivého Celaskonu (volně prodejný v lékárně)
- doporučený režim dodržte, i 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 **2 hodiny** před kolonoskopií již nic nepijte

Příprava EZICLEN

- den před vyšetřením v 19 hodin nalijte obsah 1 láhve do odměrky a přidávejte 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 přípravu zahájili 6 hodin a dokončili 4 hodiny před začátkem vyšetření
- doporučený režim dodržte, i 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 **2 hodiny** před kolonoskopií již nic nepijte

Příprava CLENSIA

balení přípravku obsahuje celkem 4 sáčky A (velké) a 4 sáčky B (malé) - rozmícháním všech sáčků získáte celkem 2 litry projímadného 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 přípravu zahájili 6 hodin a dokončili 4 hodiny před začátkem vyšetření
- doporučený režim dodržte, i 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 **2 hodiny** před kolonoskopií již nic nepijte