كيف تستعد لإجراء تنظير القولون باستخدام MiraLAX®

تساعدك هذه المعلومات في الاستعداد لإجراء تنظير القولون باستخدام بولي إيثيلين غليكول (polyethylene glycol) (مثل MiraLAX®).

نبذة عن إجراء تنظير القولون الخاص بك

تنظير القولون هو اختبار يسمح لطبيبك بفحص الجزء الداخلي من القولون (الأمعاء الغليظة). سيستخدم الطبيب منظار قولون لرؤية القولون من الداخل. وهو عبارة عن أنبوب مرن يحمل كاميرا على طرفه. تظهر الصور على شاشة فيديو.

أثناء هذا الإجراء، سيتمكن الطبيب من:

- الحصول على عينة صغيرة من النسيج (خزعة) لاختبارها.
- إزالة سليلة (نسيج نامٍ).
- التقاط صور للقولون من الداخل.

سيتعين تفريغ القولون قبل خضوعك للإجراء. فقد لا يتمكن الطبيب من رؤية السلائل أو رصد أي مشكلات أخرى إذا وُجد براز بداخل القولون. وقد تضطر إلى الخضوع للإجراء مرة أخرى إذا حدث ذلك.

اتبع هذه التعليمات بعناية. إذا كانت لديك أية استفسارات، فاتصل بعيادة الطبيب.

أسبوع واحد قبل إجراء تنظير القولون

استفسر عن الأدوية الخاصة بك

قد يتعين عليك التوقف عن تناول بعض أدويتك المعتادة قبل الخضوع للإجراء. أو قد يتعين عليك تناول جرعة مختلفة عن الجرعة المعتادة. استشر مقدم الرعاية الصحية بشأن كيفية تناول أدويتك قبل الإجراء. ولا تُغيِّر طريقة تناول أدويتك دون استشارة مقدم الرعاية الصحية.

يسرد هذا القسم بعض الأمثلة على الأدوية على سبيل المثال وليس الحصر. **تأكد من إعلام فريق الرعاية الخاص بك بجميع الأدوية الموصوفة والتي تُصرف بدون وصفة طبية والمكملات الغذائية التي تتناولها.** يُقصد بالدواء بوصفة طبية ذلك الذي يمكنك الحصول عليه فقط بوصفة طبية من مقدم الرعاية الصحية. يُقصد بالدواء بدون وصفة طبية ذلك الذي يمكنك شراءه بدون الحصول على وصفة طبية.



من المهم أن تتناول أدويتك ومكملاتك الغذائية بطريقة صحيحة خلال الأيام السابقة للإجراء. وإلا، فربما نضطر لتحديد موعد آخر للإجراء المقرر لك.

مضادات التخثُّر (مُضادات تجلط الدم)

مضادات تخثر الدم هي أدوية تؤثر على طريقة تجلط الدم لديك. إذا كنت تتناول دواءً مضادً لتجلط الدم لعلاج الجلطات الدموية أو لمنع الإصابة بأزمة قلبية أو سكتة دماغية، فاسأل طبيبك الذي وصفها عن توقيت التوقف عن تناولها.

فيما يلي بعض الأمثلة على مرققات الدم. ويُرجى العلم بأن هناك أنواع أخرى، لذا احرص على إعلام فريق الرعاية الصحية بجميع الأدوية التي تتناولها. **لا تتوقف عن تناول الدواء المضاد لتجلط الدم دون استشارة أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية.**

- عقار أبيكسابان (Eliquis®)
- عقار أسبرين
- عقار سيليكوكسيب (Celebrex®)
- عقار سيلوستازول (Pletal®)
- عقار كلوبيدوغريل (Plavix®)
- عقار دابيجاتران (Pradaxa®)
- عقار دالتيبارين (Fragmin®)
- عقار ديبيريدامول (Persantine®)
- عقار إدوكسابان (Savaysa®)
- عقار إينوكسابارين (Lovenox®)
- عقار فوندابارينوكس (Arixtra®)
- هيبارين (حقنة)
- عقار ميلوكسيكام (Mobic®)
- الأدوية المضادة للالتهاب غير الستيرويدية، مثل ايبوبروفين (أدفيل®، موترين®) ونابروكسين (أليف®)
- عقار بنتوكسيفيلين (Trental®)
- عقار براسوغريل (Effient®)
- عقار ريفاروكسيبان (Xarelto®)
- عقار سلفاسالازين (Azulfidine® و Sulfazine®)
- عقار تيكاجريلور (Brilinta®)
- عقار تينـزابارين (Innohep®)
- عقار وارفارين (Jantoven® و Coumadin®)

أدوية علاج السكري

إذا كنت تتناول الإنسولين أو أدوية أخرى لعلاج السكري، فقد يتعين عليك تغيير الجرعة. استشر الطبيب الذي وصف لك دواء السكري بشأن ما يجب عليك فعله في اليوم السابق وفي صباح اليوم المقرر للإجراء.

تجنب تناول الأدوية التالية في اليوم الذي يسبق الإجراء أو في يوم الإجراء نفسه.

- ميتفورمين، مثل Glucophage® أو Glumetza®.
- أي دواء يحتوي على ميتفورمين، مثل Janumet®.

أدوية GLP-1 (ببتيد شبيه الجلوكاجون-1) لإنقاص الوزن

من المهم أن تبلغ مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كنت تتناول دواء GLP-1. ويجب عليك أيضًا اتباع تعليمات خاصة لتناول الطعام والمشروبات قبل الخضوع للجراحة أو الإجراء. **ولذلك، من المهم جدًا اتباع هذه التعليمات. وإلا، فقد يتم تأجيل أو إلغاء الجراحة أو الإجراء.**

- **اتبع نظامًا غذائيًا بالسوائل الصافية خلال اليوم السابق للجراحة أو الإجراء.** ولا تتناول أي طعام صلب. اقرأ *Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet) لمعرفة المزيد.
- **توقف عن تناول المشروبات قبل 8 ساعات من موعد وصولك المحدد.** لا تتناول أي طعام أو مشروبات بعد هذا الوقت، بما في ذلك السوائل الصافية. يمكنك تناول رشفات صغيرة من الماء مع أدويتك.

لمعرفة المزيد، اقرأ *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines).

فيما يلي بعض الأمثلة على أدوية GLP-1. ويُرجى العلم بأن هناك أنواع أخرى، لذا احرص على إعلام فريق الرعاية الصحية بجميع الأدوية التي تتناولها. توصف هذه الأدوية أحيانًا للتحكم في السكري أو أمراض أخرى. وفي حالات أخرى، توصف لإنقاص الوزن.

• سيماجلوتايد (Ozempic®، Wegovy®، Rybelsus®) • دولاجلوتايد (Trulicity®)	• تيرزيباتيد (Mounjaro، Zepbound®) • ليراجلوتايد (Victoza، Saxenda®)

الاتفاق مع أحد الأشخاص لإعادتك إلى منزلك

يجب أن يكون لديك شريك رعاية مسؤول عن إعادتك إلى منزلك بعد الإجراء. ويُقصد بشريك الرعاية المسؤول شخص يُمكنه مساعدتك في العودة إلى المنزل بأمان. ويجب أن يكون قادرًا على الاتصال بفريق الرعاية الخاص بك في حالة وجود أي شواغل. ويمكنك الترتيب لذلك قبل الإجراء بيومٍ واحد.

إذا لم يكن لديك شريك رعاية مسؤول ليُعيدك إلى منزلك، فيمكنك الاتصال بأيٍ من الوكالات الواردة أدناه. وسوف يرسلون لك أحد الأشخاص لاصطحابك إلى منزلك. تتوفر هذه الخدمة نظير رسوم وسيتوجب عليك توفير وسيلة انتقال. ولا بأس باستخدام سيارة أجرة أو خدمة سيارات، ولكنك لا تزال

بحاجة إلى شريك رعاية مسؤول لمرافقتك.

الوكالات الموجودة في نيويورك

مؤسسة VNS Health: 888-735-8913

مختصو الرعاية: 877-227-4649

الوكالات الموجودة في نيو جيرسي

مختصو الرعاية: 877-227-4649

احصل على خطاب من الطبيب إذا اقتضت الضرورة

وربما تقتضي الضرورة الحصول على خطاب إخلاء طرف قبل الخضوع للإجراء. خطاب إخلاء الطرف هو خطاب يفيد بإمكانية خضوعك للإجراء بأمان. يجب أن يتلقى مكتب طبيب مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) الخاص بك خطاب إخلاء الطرف قبل يوم واحد على الأقل من خضوعك للإجراء.

مقوم نظم القلب مزيل الرجفان القابل للزرع (AICD)

أخبر طبيبك في مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) حال استخدامك لمقوم نظم القلب مزيل الرجفان القابل للزرع. يتوجب عليك الحصول على خطاب إخلاء طرف من طبيب القلب الخاص بك.

الأعراض الأخرى

يتوجب عليك الحصول على خطاب إخلاء طرف من طبيبك إذا كنت قد شعرت بأيٍ من الأعراض التالية خلال الأسابيع الستة الماضية:

- ألم في الصدر.
- صعوبة في التنفس مستجدة أو متفاقمة.
- الإغماء.

قم بشراء مستلزمات تفريغ الأمعاء

قم بشراء هذه المستلزمات لتفريغ الأمعاء. يُعرف تفريغ الأمعاء أحيانًا بتحضير الأمعاء.

- 4 أقراص (5 ملغ) من عقار بيساكوديل (Dulcolax®). تُباع غالبًا علبة تحتوي على 10 أقراص.
- زجاجة واحدة (8.3 أونصات أو 238 غرام) من بولي إيثيلين غليكول (MiraLAX®).
- 64 أونصة من أي سائل شفاف لا يكون أحمرًا أو قرمزيًا أو برتقاليًا. ستخلط هذا السائل مع MiraLAX. احتفظ به في درجة حرارة الغرفة.
  - تعتبر المشروبات الرياضية (مثل Gatorade® أو Powerade®) خيارًا جيدًا. إذ تساعد المشروبات الرياضية على تعويض الشوارد التي تفقدها خلال تفريغ الأمعاء.
  - إذا كنت مصابًا بالسكري، فتناول السوائل الصافية الخالية من السكر.

شراء مستلزمات إضافية عند اللزوم

قد تحتاج لشراء مستلزمات إضافية إذا أجبت بنعم على أيٍ من الأسئلة الآتية:

- هل تصاب كثيرًا بالإمساك (تواجه صعوبة في التبرز) أو تتبرز أقل من 3 مرات أسبوعيًا؟
- هل تتناول أدوية مخدرة (أفيونية)؟ إذا لم تكن متأكدًا، فاسأل مقدم الرعاية الصحية. تشمل الأدوية الأفيونية:
  - فيتانيل (Duragesic® وSubsys®)
  - مورفين (DepoDur® وDuramorph®)
  - هيدروكودون (Vicodin®)
  - أوكسيكودون (Oxycontin® وPercocet®)
- هل أجريت من قبل تنظير قولون بتفريغ أمعاء سيئ (من البراز) فيما سبق؟

إذا كانت إجابتك "نعم" على أيٍ من هذه الأسئلة:

- يجب عليك شراء كمية إضافية من MiraLAX. يمكنك شراء علبة واحدة تحتوي على 10 أكياس (17 جرام) أو زجاجة (4.1 أونصات، أو 119 جرام).
- قم بشراء السوائل إذا كنت ستتبع نظامًا غذائيًا مكونًا من السوائل فقط، إذا لم تكن هذه السوائل لديك بالفعل. اقرأ القسم "يومان قبل تنظير القولون" للتعرف على أمثلة على المشروبات التي يمكنك تناولها أثناء اتباع نظام غذائي من السوائل فقط.

5 أيام قبل تنظير القولون

توقف عن تناول مكملات الحديد الفموية

إذا كنت تتناول مكملًا فمويًا (يؤخذ عبر الفم) من مكملات الحديد أو مُكمل فيتامينات متعددة يحتوي على الحديد، فيجب عليك التوقف عن تناوله قبل 5 أيام من الإجراء. قد تسبب مكملات الحديد الفموية تغيرات في لون البراز لديك، وهذا يجعل من الأصعب على طبيبك رؤية القولون بوضوح.

3 أيام قبل تنظير القولون

النظام الغذائي قليل الألياف

اتبع نظامًا غذائيًا قليل الألياف قبل 3 أيام من إجراء تنظير القولون. خلال هذه المدة، **لا تتناول:**

- الفواكه والخضروات النيئة (غير المطهوة).
- حبات الذرة الكاملة، وتشمل الذرة المُعلبة.
- الحبوب الكاملة، مثل الشوفان والأرز البني والكينوا وخبز القمح.
- البذور، مثل بذور الخشخاش وبذور السمسم.
- المكسرات.

توقف عن تناول أي مكملات ألياف، مثل ألياف السيليوم (Metamucil®).

فيمˇ يلي بعض الأمثلة على الأطعمة التي يمكنك تناولهˇ أثناء اتباع نظام غذائي قليل الألياف:

- أرز أبيض
- الخبز الأبيض
- اللحوم والأسمˇك
- منتجات الألبان، وتشمل الجبنة
- الخضروات المطهوة
- البطˇطس المطهوة بدون قشرة، مثل البطˇطس المقلية

تحدث مع ممرضة التنظير الداخلي

قبل الإجراء ببضعة أيام، ستتلقى اتصˇلاً من ممرضة التنظير الداخلي. وستقوم بمراجعة الإرشادات الواردة في هذا الدليل معك وتطرح عليك بعض الأسئلة المتعلقة بسجلك الطبي.

كمˇ ستراجع الممرضة أيضًا الأدوية التي تتناولهˇ وتخبرك بالأدوية التي يمكنك تناولهˇ صباح يوم الإجراء.

استخدم المسˇحة التالية لكتابة هذه الأدوية.

يومˇن قبل تنظير القولون

واصل اتباع نظام غذائي قليل الألياف إلا في الحˇالات التالية:

- كثرة الإصˇابة بالإمسˇك أو التبرز أقل من 3 مرات أسبوعيًا.
- تناول أدوية مخدرة.
- خضوعك لإجراء تنظير القولون بتفريغ أمعˇاء سيء فيمˇ سبق.

إذا كانت أيٌّ من هذه الأمور تنطبق عليك، فتوقف عن اتباع نظام غذائي قليل الألياف واتبع تلك التعليمات:

- تناول 3 جرعات (17 جرام) من MiraLAX اليوم. اخلط جرعة واحدة مع 8 أونصات من السائل في كل مرة. باعد بين الجرعات على مدار اليوم. على سبيل المثال، يمكنك تناول جرعة واحدة مع الإفطار، وجرعة مع الغداء، وجرعة مع العشاء.
- اتبع النظام الغذائي المكون من السوائل فقط. أثناء اتباع النظام الغذائي المكون من السوائل فقط، تناول فقط الأطعمة والمشروبات السائلة أو تلك التي تتحول إلى سائل في درجة حرارة الغرفة. فيما يلي بعض الأمثلة:
  - الزبادي بدون أي قطع فاكهة.
  - عصائر الفاكهة بدون اللُب.
  - الصودا.
  - المرق أو حساء الكريمة التي تمت تصفيتها بحيث لا تحتوي على أي قطع صلبة.
  - الآيس كريم ومخفوق الحليب وثلج الفاكهة بدون أي قطع فاكهة أو مكسرات أو فادج أو زبدة فول سوداني.
  - المكملات الغذائية، مثل Glucerna® وEnsure®.

يوم واحد قبل تنظير القولون

تحضير خليط MiraLAX لتفريغ الأمعاء

في صباح اليوم السابق للإجراء، اخلط كل كمية مسحوق MiraLAX البالغة 8.3 أونصات (238 جرام) مع 64 أونصة من سائل شفاف بدرجة حرارة الغرفة. قلِّب الخليط حتى يذوب مسحوق MiraLAX.

بمجرد ذوبان MiraLAX، يمكنك وضعه في الثلاجة. وهذا الأمر اختياري.

لا تخلط MiraLAX قبل صباح اليوم السابق للإجراء.

الالتزام بنظام غذائي بالسوائل الصافية

اتبع نظامًا غذائيًا بالسوائل الصافية قبل الإجراء بيوم واحد. يشمل النظام الغذائي بالسوائل الصافية السوائل الشفافة فقط. يمكنك العثور على أمثلة في جدول "النظام الغذائي بالسوائل الصافية".

أثناء اتباع النظام الغذائي بالسوائل الصافية:

- لا تتناول أي أطعمة صلبة.
- لا تتناول أي سوائل حمراء أو قرمزية أو برتقالية.
- حاول تناول كوب واحد (8 أونصات) من السوائل على الأقل كل ساعة أثناء فترة استيقاظك.
- تناول أنواعًا مختلفة من السوائل الصافية. ولا تكتفي بشرب الماء والقهوة والشاي. حيث إن ذلك يساعد في حصولك على السعرات الحرارية الكافية وهذا جزء مهم من عملية الاستعداد لتنظير القولون.
- إذا كنت مريضًا بالسكري، فتناول فقط السوائل الصافية الخالية من السكر وافحص مستوى سكر الدم بشكل منتظم. إذا كانت لديك أية أسئلة، فتحدث مع فريق الرعاية الصحية الخاص بك.

النظام الغذائي بالسوائل الصافية		
	يمكن تناوله	لا يمكن تناوله
الحساء	• مرق الدجاج أو مرق لحم البقر أو حساء السمك الصافي.	• أي شيئ يحتوي على أجزاء من الأطعمة المجففة أو التوابل.
الحلويات	• الجيلاتين، مثل Jell-O®. • الثلوج ذات النكهة. • السكاكر الصلبة، مثل Life Savers® وحلوى الليمون.	• أي سوائل حمراء أو قرمزية أو برتقالية. • جميع الحلويات الأخرى.
المشروبات	• عصائر الفاكهة الصافية، مثل عصائر الليموناده والتفاح والتوت البري الأبيض والعنب الأبيض. • الصودا، مثل الزنجبيل وسفن أب® وسبرايت® والمياه المكربنة. • المشروبات الرياضية، مثل Gatorade وPowerade. • القهوة بدون حليب أو مُبيض قهوة. • الشاي بدون حليب أو مُبيض قهوة. • الماء، ويشمل المياه الغازية (الفوارة) والمنكهة.	• أي سوائل حمراء أو قرمزية أو برتقالية. وتشمل العصائر والمشروبات الغازية والمشروبات الرياضية الحمراء والقرمزية والبرتقالية. • العصائر ذات اللُب. • النكتار. • عصائر الفاكهة المُثلجة أو المشروبات المخفوقة. • الحليب والكريمة وأي منتجات ألبان أخرى. • حليب المكسرات والحليب النباتي ومُبيضات القهوة غير الألبان، وغيرها من بدائل منتجات الألبان الأخرى. • المشروبات الكحولية.

ملاحظة وقت الإجراء

سيتصل بك أحد العاملين في مكتب الإدخال للمستشفى ظهرًا (الساعة 12 ظهرًا) في اليوم السابق للإجراء. إذا تقرر موعد إجرائك ليوم الاثنين، فسوف يتصل بك يوم الجمعة السابق للإجراء.

سيخبرك أحد أفراد فريق العمل بموعد وصولك إلى المستشفى لإجراء عمليتك. وسيذكرك أيضًا بالموقع الذي ستتوجه إليه. وإذا لم تتلق أي اتصال، فاتصل بعيادة الطبيب.

إذا كنت بحاجة لإلغاء الإجراء، فاتصل بمكتب تحديد مواعيد جراحات المعدة والأمعاء على هاتف رقم 5020-639-212.

بدء تفريغ الأمعاء

الخطوة الأولى: في الساعة 4 مساءً في اليوم السابق للإجراء، تناول قرصين (5 ملغ) بيساكوديل مع كوب من الماء.

الخطوة الثانية: في الساعة 4:15 مساءً، ابدأ في تناول خليط MiraLAX.

1. في الساعة **4:15 مساءًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصات) من الخليط.
2. في الساعة **4:30 مساءًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصات) من الخليط.
3. في الساعة **4:45 مساءًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصات) من الخليط.
4. في الساعة **5:00 مساءًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصات) من الخليط.

وبذلك تبلغ الكمية الإجمالية التي تتناولها 32 أونصة (4 أكواب).

عندما تنتهي من ذلك، ستتبقى نصف كمية خليط MiraLAX. يتوقف وقت تناول النصف الثاني من خليط MiraLAX على موعد وصولك المقرر. اتبع التعليمات الواردة في الخطوة 3.

تبدأ حركة الأمعاء غالبًا في غضون ساعة واحدة من تناول الجرعة الأولى، ولكنها قد تستغرق وقتًا أطول لدى البعض. ولا داعي للقلق إذا لم تبدأ حركة الأمعاء بعد تناول النصف الأول من كمية MiraLAX. استمر في تناول السوائل الصافية وابدأ في تناول النصف الثاني من كمية MiraLAX حسب الإرشادات.

ضع جيل سائل/فازلين ((Vaseline®) أو مرهم A & D® على الجلد المحيط بفتحة الشرج بعد كل حركة للأمعاء. إذ يساعد ذلك في منع حدوث تهيج الجلد.

استمر في شُرب السوائل الصافية للمحافظة على ترطيب جسمك ولتنظيف القولون.

إذا كنت تتناول دواء GLP-1 (ببتيد شبيه الجلوكاجون-1): سيعطيك فريق الرعاية الصحية تعليمات مختلفة بشأن بتوقيت بدء الخطوة 3 لتفريغ الأمعاء قبل تنظير القولون. اتبع هذه التعليمات.

الخطوة الثالثة (إذا طُلب منك الحضور للخضوع للإجراء قبل السـاعة 11 صباحًا)

اتبع هذه التعليمـات في الليلة السـابقة للإجراء إذا كـان موعد وصولك المقرر قبل السـاعة 11 صباحًا.

في السـاعة **11 صباحًا**، تناول قرصين بيسـاكوديل بالفم مع كوب من المـاء. ثم ابدأ تناول النصف الثاني من خليط MiraLAX.

1. في السـاعة **11:15 مسـاءًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصـات) من الخليط.
2. في السـاعة **11:30 مسـاءًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصـات) من الخليط.
3. في السـاعة **11:45 مسـاءًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصـات) من الخليط.
4. في السـاعة **12 صباحًا (منتصف الليل)**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصـات) من الخليط.

احرص على استهلاك خليط MiraLAX بالكـامل.

يمكنك الاستمرار في تناول السوائل الصـافية حتى 4 سـاعـات قبل وقت وصولك المقرر.

لا تتناول أي طعـام حتى إتمـام الإجراء.

يوم إجراء تنظير القولون

إذا كنت تتناول دواء GLP-1 (ببتيد شبيه الجلوكاجون-1): سيعطيك فريق الرعاية الصحية تعليمات مختلفة بشأن بتوقيت بدء الخطوة 3 لتفريغ الأمعاء قبل تنظير القولون. اتبع هذه التعليمات.

الخطوة الثالثة (إذا طُلب منك الحضور للخضوع للإجراء في الساعة 11 صباحًا أو بعد ذلك)

اتبع هذه التعليمات في صباح يوم الإجراء إذا كان موعد وصولك المقرر في الساعة 11 صباحًا أو بعد ذلك.

في الساعة **6 صباحًا**، تناول قرصين بيساكوديل بالفم مع كوب من الماء. ثم ابدأ تناول النصف الثاني من خليط MiraLAX.

1. في الساعة **6:15 صباحًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصات) من الخليط.
2. في الساعة **6:30 صباحًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصات) من الخليط.
3. في الساعة **6:45 صباحًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصات) من الخليط.
4. في الساعة **7 صباحًا**، تناول كوبًا واحدًا (8 أونصات) من الخليط.

احرص على استهلاك خليط MiraLAX بالكامل.

يمكنك الاستمرار في تناول السوائل الصافية حتى 4 ساعات قبل وقت وصولك المقرر.

لا تتناول أي طعام حتى إتمام الإجراء.

نقاط يجب تذكره

- التزم بتناول الأدوية الموصوفة لك فقط صباح يوم الإجراء. تناوله مع القليل من رشفات الماء.
- لا تضع أي مُرطبات أو كريمات أو مساحيق على صدرك أو ذراعيك.
- انزعي أي مجوهرات، بما في ذلك الأقراط.
- اترك جميع مقتنياتك القيمة، مثل بطاقات الائتمان والمجوهرات، في المنزل. فليست لدينا خزانات لحفظ مقتنياتك القيمة.
- إذا كنت ترتدي عدسات لاصقة، فارتدي النظارات بدلاً منها.

ما ينبغي إحضاره

☐ بطاقة المحفظة الخاصة بك، إذا كنت تستخدم مقوم نظم القلب مزيل الرجفان القابل للزرع ولم تكن بطاقتك مدرجة بالفعل في الملف الخاص بك بالمستشفى.

☐ جهاز الاستنشاق (مثل albuterol لعلاج الربو)، إذا كنت تستخدمه.

☐ حافظة لنظاراتك أو طقم أسنانك إن كنت تستخدمها.

☐ نموذج وكيل الرعاية الصحية الخاص بك، إذا كنت قد أكملته.

إلى أين تتجه

ستخضع للإجراء في أحد الأماكن التالية:

☐ **جناح التنظير الداخلي في مستشفى Memorial Hospital (مستشفى MSK الرئيسي)**
1275 York Avenue (بين شارعي East 67th وEast 68th)
New York, NY 10065
استقل المصعد B إلى الطابق الثاني. انعطف يمينًا ثم ادخل مركز الجراحة والإجراءات بالمستشفى عبر الأبواب الزجاجية.

☐ **David H. Koch Center**
530 East 74th St.
New York, NY 10021
استقل المصعد إلى الطابق الثامن.

☐ **MSK Monmouth**
480 Red Hill Road
Middletown, NJ 07748

تفضل بزيارة الموقع www.msk.org/parking للتعرف على معلومات حول إيقاف السيارة في هذه المواقع.

ما الإجراءات المُتوقعة

سيطلب منك العديد من أعضاء فريق الرعاية الصحية ذكر اسمك وتاريخ ميلادك وتهجي حروفهما. وهذا الأمر حفاظًا على سلامتك. علمًا بأنه قد يخضع الأشخاص ذوي الأسماء المماثلة للإجراءات في نفس اليوم.

عندما يحين وقت تغيير ملابسك للخضوع للإجراء، ستحصل على سِرْبال المستشفى وروب وجوارب مضادة للانزلاق لارتدائها.

ستلتقي بطبيبك قبل الإجراء. وسيوضح لك الإجراء ويجيب على أية أسئلة لديك.

ستلتقي أيضًا بطبيب التخدير الخاص بك. وسيُراجع معك سجلك الطبي ويتناقش معك بشأن نوع التخدير (الدواء المُنوم) الذي ستتلقاه.

وسيصطحبك أحد أعضاء الفريق لغرفة الإجراء عندما يحين وقت إجراء تنظير القولون. سوف تستلقي على جانبك الأيسر مع ثني ركبتيك.

وسيُدخل مقدم الرعاية الصحية قُنيّة وريدية في أحد الأوردة لديك، تكون غالبًا في ذراعك أو يدك. وستتلقى حقنة التخدير عبر القنية الوريدية لديك ثم تخلد في النوم. وبعد أن تصبحي تحت تأثير المخدر، سيبدأ طبيبك في عمل الإجراء.

سيُدخل الطبيب منظار قولون في منطقة المستقيم لديك. ويتصل منظار القولون بشاشة فيديو. وهذا يتيح للطبيب رؤية القولون من الداخل. وسيستخدم الطبيب الهواء والسائل لتحريك منظار القولون عبر القولون وفي الوقت ذاته يبحث عن أي شيء غير معتاد قد يظهر على شاشة الفيديو.

يستغرق هذا الإجراء عادةً أقل من 60 ثانية (ساعة واحدة).

الأسئلة الشائعة المكررة

أتناول خليط تفريغ الأمعاء وقد بدأت أُصاب بالإسهال والبراز المائي قبل الانتهاء من الخليط. هل أنا بحاجة لتناول باقي الخليط؟

نعم. يجب عليك تناول كمية الخليط بالكامل لتنظيف القولون تمامًا من أجل إجراء تنظير القولون بشكل آمن وكامل.

أشعر بالرغبة في التقيؤ (الغثيان) أو تقيأت بالفعل بعد تناول خليط تفريغ الأمعاء. ماذا ينبغي عليّ فعله؟

قد يصاب البعض بالغثيان أثناء تناول خليط تفريغ الأمعاء. لمساعدتك في التغلب على ذلك، جرب خلط مسحوق MiraLAX بالسوائل الشفافة التي تحب تناولها.

وإذا شعرت بالرغبة في القيئ، فتناول الخليط ببطء وخذ قسطًا من الراحة. وهذا يعني أن عليك التوقف عن تناول السائل لمدة 30 إلى 45 دقيقة للسماح بإفراغ معدتك. خلال فترة الراحة، يمكنك وضع سائل تفريغ الأمعاء في الثلاجة إن كنت تفضل تناوله باردًا. بعد فترة الراحة، حاول تناول السائل ببطء مرة أخرى. استخدم شفاطة إن أمكن ذلك.

إذا تقيأت بالفعل، فانتظر لمدة 30 إلى 45 دقيقة. إذا كان لديك دواء مضاد للغثيان في المنزل، فيمكنك تناول جرعة واحدة قبل بدء تناول سائل تفريغ الأمعاء مجددًا.

ويمكنك تناول أي سوائل شفافة تحب تناولها للمحافظة على ترطيب جسمك. من المهم أن تتناول كمية السائل بالكامل لتنظيف القولون تمامًا من أجل إجراء تنظير القولون بشكل آمن وكامل.

بعد إجراء تنظير القولون

ستواصل ممرضتك مراقبة نبض القلب والتنفس وضغط الدم لديك. يشعر الكثيرون بانتفاخ ويصابون بتشنجات معدية بعد إجراء تنظير القولون. وهذا أمر طبيعي ولسوف يزول بخروج الريح.

بمجرد أن تفيق تمامًا، ستزيل الممرضة القُنيّة الوريدية. إذا كان هناك شخص ينتظر بصحبتك، فستوضح الممرضة إرشادات الخروج من المستشفى لكليكما قبل التوجه إلى المنزل.

في المنزل

- يمكنك البدء بتناول الأطعمة الخفيفة بمجرد خروجك من المستشفى. تجنب الأطعمة الحريفة والغنية بالدهون والمقلية في بادئ الأمر. انتقل تدريجيًا إلى نظامك الغذائي المعتاد. قد يطلب منك الطبيب التقيّد بنظام غذائي معين لمدة معينة.

- تجنب تناول أي مشروبات كحولية لمدة 24 ساعة بعد الإجراء.
- ويمكنك العودة لأداء أنشطتك المعتادة بعد مرور 24 ساعة على خضوعك للإجراء.

إذا كان الطبيب قد حصل على خزعة، فمن الطبيعي أن يحدث لك بعض النزيف من المستقيم. ولا ينبغي أن تتجاوز كمية النزيف بضع قطرات من الدم. كما يجب أن يتوقف النزيف خلال 24 ساعة من الإجراء.

بعد إجراء تنظير القولون، من الطبيعي ألا تنتظم حركة أمعائك أو تكون مختلفة عما اعتدت عليه. وقد تستمر هذه الحالة لمدة أسبوع بحد أقصى بعد الإجراء.

متى يجب الاتصال بمقدم الرعاية الصحية

اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا ظهرت عليك أيةٍ من الأعراض التالية:

- إذا ارتفعت درجة حرارتك إلى 101 فهرنهايت (38.3 سيلزيوس) أو أعلى.
- إذا شعرت بألم أو انتفاخ شديد في المعدة.
- إذا حدث لك نزيف في المستقيم استمر لمدة تجاوزت 24 ساعة.
- إذا حدث نزيف بين فترات حركة الأمعاء.
- إذا شعرت بالضعف أو الإغماء أو الغثيان.
- إذا حدث لك نزيف غزير من المستقيم.

إذا كانت لديك أسئلة أو شواغل، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك. سيرد عليك أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية الخاص بك أيام الاثنين إلى الجمعة من الساعة 9 صباحًا حتى الساعة 5 مساءً وبخلاف هذه الأوقات، يمكنك ترك رسالة أو التحدث مع أحد مقدمي الرعاية الآخرين في مركز MSK. يتواجد دومًا طبيب مُناوب أو ممرضة مُناوبة. إذا لم تكن متأكدًا بشأن كيفية الوصول إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك، فاتصل بهاتف رقم 212-639-2000.

لمزيد من الموارد، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني www.mskcc.org/pe للبحث في مكتبتنا الإلكترونية.

جميع الحقوق مملوكة ومحفوظة لمركز Memorial Sloan Kettering لعلاج السرطان