



PATIENT & CAREGIVER EDUCATION

# Comment vous préparer à votre coloscopie en utilisant MiraLAX®

Ces informations vous aideront à vous préparer pour votre coloscopie en utilisant polyéthylène glycol (MiraLAX®).

Une coloscopie est un test qui permet à votre médecin de voir l'intérieur de votre côlon (gros intestin). Votre médecin utilisera un coloscope (un tube flexible avec une caméra au bout) pour voir l'intérieur de votre côlon sur un écran vidéo.

Pendant votre intervention, votre médecin peut:

- Enlever un petit échantillon de tissu (biopsie) pour le tester
- Enlever un polype (croissance du tissu)
- Prendre des photos de l'intérieur de votre côlon

Avant votre intervention, vous devez suivre soigneusement ces instructions. Vous devrez faire une préparation intestinale pour vider votre côlon avant votre intervention. Il est primordial que votre côlon soit vide au moment de votre coloscopie. S'il y a toujours des selles (caca) à l'intérieur de votre côlon, votre médecin pourrait ne pas voir les polypes ou d'autres problèmes à l'intérieur de votre côlon et vous devrez peut-être subir une autre intervention. Si vous avez des questions, veuillez contacter le bureau de votre médecin.

## 1 semaine avant votre intervention

### **Demander à une personne de vous ramener chez vous**

Un partenaire médical responsable doit vous ramener chez vous après la procédure. Un partenaire de soins responsable est une personne qui peut vous aider à rentrer chez vous en toute sécurité et qui peut, le cas échéant, faire part de

ses préoccupations à vos prestataires de soins de santé. Veillez à bien prendre vos dispositions au préalable.

Si vous n'avez pas de partenaire de soins responsable pour vous ramener chez vous, appelez l'une des agences ci-dessous. On vous enverra quelqu'un pour vous ramener chez vous. En général, ce service est payant, mais vous devrez fournir un moyen de transport. Vous pouvez appeler un taxi ou un chauffeur privé, mais un partenaire médical doit quand même vous accompagner.

### **Agences à New York**

Partenaires en soins: 888-735-8913

Personnel médical: 877-227-4649

### **Agences du New Jersey**

Personnel médical: 877-227-4649

## **Questions sur vos médicaments**

Vous devrez peut-être arrêter de prendre certains de vos médicaments avant votre intervention. Voyez avec votre médecin quels médicaments vous pouvez arrêter de prendre en toute sécurité. Nous avons inclus quelques exemples courant ci-dessous.

### **Anticoagulants (fluidifiants sanguins)**

Si vous prenez un fluidifiant sanguin, pour traiter les caillots sanguins ou pour empêcher une crise cardiaque ou une attaque, demandez au médecin qui vous le prescrit quand vous pouvez arrêter de le prendre. Les exemples sont listés dans le tableau des “Anticoagulants courants (fluidifiants sanguins)”. Il en existe d'autres, vérifiez donc avec votre médecin si vous avez un doute.

#### **Anticoagulants courants (fluidifiants sanguins)**

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• apixaban (Eliquis®)</li><li>• cilostazol (Pletal®)</li><li>• clopidogrel (Plavix®)</li><li>• dalteparin (Fragmin®)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• enoxaparin (Lovenox®)</li><li>• fondaparinux (Arixtra®)</li><li>• heparin</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• rivaroxaban (Xarelto®)</li><li>• tinzaparin (Innohep®)</li><li>• warfarin (Coumadin®)</li></ul> |
|--|---|---|

### **Médicaments contre le diabète**

Si vous prenez de l'insuline ou d'autres médicaments contre le diabète, il se peut que vous deviez changer la dose. Demandez au médecin qui vous prescrit vos

médicaments contre le diabète ce que vous devriez faire la veille et le matin de votre intervention. Dites à votre médecin que vous suivrez un régime liquide clair sans sucre la veille de votre intervention.

Si vous prenez de la metformine (comme du Glucophage® ou du Glumetza®) ou un médicament qui contient de la metformine (comme du Janumet®), ne la prenez pas la veille ou le jour de votre intervention.

## **Prévenez votre médecin si vous avez un DAI**

Prévenez votre médecin du Memorial Sloan Kettering (MSK) si vous avez un défibrillateur automatique implantable (DAI).

## **Demandez à votre médecin de vous faire une lettre, si besoin**

- Si vous avez un défibrillateur automatique implantable (DAI), il vous faudra une lettre d'autorisation de votre cardiologue (médecin du cœur) avant votre intervention. Une lettre d'autorisation est une lettre que vous pouvez passer l'intervention en toute sécurité.
- Si vous avez des douleurs à la poitrine, des vertiges, des problèmes pour respirer que vous n'aviez pas ou pire, si vous vous êtes évanoui lors des 6 derniers mois, il faudra vous faire examiner par votre médecin et obtenir une lettre d'autorisation de votre médecin avant votre intervention.

Votre médecin du bureau du MSK doit récupérer votre lettre d'autorisation au moins un jour avant votre intervention.

## **Acheter des fournitures**

Vous devrez acheter les fournitures suivantes pour votre préparation intestinale:

- 4 (5 mg) tablettes de bisacodyl (Dulcolax®). On les vend habituellement par boîte de 10 tablettes.
- 1 (238 grammes) bouteille de polyéthylène glycol (MiraLAX®).
- 64 onces de tout liquide clair qui n'est pas rouge, violet ou orange. Vous devrez mélanger ceci avec le MiraLAX. Gardez-le à température ambiante.

- Une boisson pour sportifs comme le Gatorade® ou Powerade® est un bon choix. Une boisson pour sportifs vous aidera à remplacer les électrolytes que vous perdrez pendant la préparation intestinale.
- Si vous avez du diabète, veillez à vous procurer des liquides clairs sans sucre.

Certaines personnes peuvent nécessiter d'autres fournitures. Pour voir s'il vous faut d'autres fournitures, répondez aux questions ci-dessous :

- Avez-vous tendance à être constipé (vous allez à la selle moins souvent que la normale) ou avez-vous moins de 3 selles par semaine?
- Prenez-vous des médicaments narcotiques (opioïdes) tels que le fentanyl (Duragesic®, Subsys®), la morphine (DepoDur®, Duramorph®), l'hydrocodone (Vicodin®) ou l'oxycodone (Oxycontin®, Percocet®)? Si vous n'êtes pas sûr, demandez à votre prestataire de soins.
- Avez-vous subi une coloscopie avec une mauvaise préparation par le passé? Cela veut dire que, pendant votre coloscopie, votre prestataire de soins voyait encore vos selles dans votre côlon.

Si vous avez répondu oui à n'importe laquelle des questions, vous devez également acheter les fournitures suivantes :

- 3 (17 grammes) doses de MiraLAX (pour un total de 51 grammes).
  - Vous pouvez acheter 1 petite bouteille supplémentaire (110 grammes) ou les paquets.
- Plus de liquides pour un régime liquide complet.
  - Des exemples de ce que vous pouvez boire sont listés dans la section nommée "2 jours avant votre intervention".

## **5 jours avant votre intervention**

### **Arrêtez de prendre les compléments en fer**

Si vous prenez des compléments en fer, vous devrez les arrêter 5 jours avant votre

intervention. Les compléments en fer peuvent donner une autre couleur à vos selles, ce qui risque de compliquer davantage l'examen approfondi du côlon par le médecin.

## 3 jours avant votre intervention

### Evitez certains aliments

Vous devez suivre un régime pauvre en fibres en commençant 3 jours avant votre coloscopie. Pendant cette période, ne mangez pas de:

- Fruits et légumes crus (frais)
- Maïs à grains entiers, y compris le maïs en conserve
- Grains entiers (comme les flocons d'avoine, le riz brun, le quinoa ou le pain de blé)
- Graines (telles que le pavot ou le sésame)
- Noix

### Parlez avec votre infirmière en endoscopie

Quelques jours avant votre intervention, vous recevrez un appel d'une infirmière en endoscopie. Dans ce guide, elle passera les instructions en revue avec vous et vous poseront des questions sur votre historique médical. L'infirmière passera également en revue vos médicaments et vous dira lesquels prendre le matin de votre intervention.

Utilisez l'espace ci-dessous pour les noter.



---

---

---

## 2 jours avant votre intervention

Ne commencez pas votre régime liquide clair avant la veille de votre intervention si vous:

- N'êtes pas constipé habituellement
- Ne prenez pas de médicaments narcotiques (opioïdes)
- N'avez pas subi de coloscopie avec une mauvaise préparation par le passé

Évitez les fruits et légumes crus, le maïs à grains entiers, les céréales, les graines et les noix. Passez à la section suivante “Veille de votre intervention”.

Si vous êtes constipé habituellement, prenez des médicaments narcotiques ou que vous avez subi une coloscopie avec une mauvaise préparation par le passé:

- Prenez 1 bouchon (17 grammes) de MiraLAX mélangé à 8 onces de liquide au petit déjeuner, au déjeuner et au dîner.
- Suivez un régime liquide complet. Durant un régime liquide complet, vous pouvez manger et boire ce qui suit:
  - Yaourt (sans morceaux de fruit)
  - Jus de fruit sans pulpe
  - Soda
  - Les soupes au bouillon ou à la crème qui ont été filtrées pour qu'il n'y ait pas de morceaux de légumes
  - Compléments alimentaires
  - Glaces et glaces aux fruits (sans morceaux de fruits)

## La veille de votre intervention

### Préparez votre préparation intestinale MiraLAX

Le matin de la veille de votre procédure, mélangez les 238 grammes de la poudre MiraLAX avec 64 onces d'un liquide clair à température ambiante jusqu'à ce que la poudre MiraLAX se dissolve.

Une fois que le MiraLAX est dissous, vous pouvez mettre le mélange au réfrigérateur. Beaucoup de gens trouvent le mélange meilleur lorsqu'il est frais.

Ne mélangez pas le MiraLAX avant le matin de la veille de votre intervention.

## Suivez un régime liquide clair complet

Vous devrez suivre un régime liquide clair complet la veille de votre intervention. Des exemples de liquides clairs sont listés dans le tableau de cette section.

- Ne mangez aucun aliment solide.
- Ne buvez rien de rouge, pourpre ou orange.
- Veillez à boire beaucoup de liquides autres que juste de l'eau, du café et du thé. Cela vous aidera à vous assurer que vous obtenez assez de calories et constitue un élément important de la préparation à votre coloscopie. Essayez de boire au moins 1 (8 onces) verre de liquide toutes les heures pendant que vous êtes éveillé.
- Si vous avez du diabète, vous ne devez boire que des liquides clairs sans sucre et vérifier souvent votre taux de sucre dans le sang. Si vous avez des questions, parlez-en avec votre prestataire de soins.

<b>Régime liquide clair</b>		
	<b>Boire</b>	<b>Ne pas boire</b>
<b>Soupes</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bouillon clair, bouillon ou consommé</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tout produit contenant des particules d'aliments secs ou d'assaisonnement</li></ul>
<b>Sucreries</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La gélatine comme la Jell-O®</li><li>• Glaces aromatisées</li><li>• Des bonbons durs, tels que les Life Savers®</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tout ce qui est rouge, pourpre ou orange</li></ul>
<b>Boissons</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Les jus de fruits clairs, tels que les jus de pomme, de canneberge blanche, la limonade ou le jus de raisin blanc</li><li>• Les sodas tels que le 7-Up®, le Sprite®, le ginger ale ou le seltzer</li><li>• Gatorade®</li><li>• Café noir</li><li>• Thé</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jus avec de la pulpe</li><li>• Nectars</li><li>• Lait ou crème</li><li>• Boissons alcoolisées</li><li>• Tout ce qui est rouge, pourpre ou orange</li></ul>

## Notez l'heure de votre intervention

Un membre du staff vous appellera après midi la veille de votre intervention. Le membre du staff vous dira à quelle heure vous devrez arriver pour votre intervention. Si votre intervention a lieu un Lundi, on vous appellera le Vendredi précédent. Si vous ne recevez pas d'appel, téléphonez au bureau de votre médecin.

Si vous devez annuler votre intervention, téléphonez au médecin qui vous l'a programmée.

## Commencez votre préparation intestinale

**Etape 1: À 16h la veille de votre intervention, prenez 2 tablettes de bisacodyl (5 mg) par voie orale avec un verre d'eau.**

**Etape 2: À 16h15, commencez à boire le mélange MiraLAX.**

1. **À 16h15**, buvez 1 verre du mélange (8 onces).
2. **À 16h30**, buvez 1 verre du mélange (8 onces).
3. **À 16h45**, buvez un verre du mélange (8 onces).
4. **À 17h**, buvez un verre du mélange (8 onces).

Au total, vous boirez 4 verres du mélange.

- Quand vous les aurez bu, il restera la moitié du mélange MiraLAX. Gardez le reste du mélange dans le réfrigérateur pour la deuxième partie de votre préparation.
- Les selles commencent normalement dans l'heure après laquelle vous avez bu la première dose mais cela peut prendre plus de temps pour certaines personnes.
  - Ne vous inquiétez pas, si vous ne commencez pas à aller à la selle après avoir bu la première moitié du MiraLAX. Continuez à boire des liquides et commencez la seconde moitié du MiraLAX comme indiqué.



- Mettez de la gelée de pétrole (Vaseline®) ou de la pommade A & D® sur la peau autour de votre anus après chaque selle. Cela aide à empêcher les irritations.
- Continuez à boire des liquides clairs pour rester hydraté et vider votre côlon.

### **Etape 3 (si on vous a demandé d'arriver avant 11h à votre intervention):**

Si on vous a demandé d'arriver avant 11h à votre intervention, suivez ces instructions la nuit précédant votre intervention:

À **23h**, prenez 2 tablettes de bisacodyl par voie orale avec un verre d'eau. Commencez ensuite à boire la deuxième moitié du mélange MiraLAX.

1. À **23h15**, buvez 1 verre du mélange (8 onces).
2. À **23h30**, buvez 1 verre du mélange (8 onces).
3. À **23h45**, buvez 1 verre du mélange (8 onces).
4. À **minuit**, buvez 1 verre du mélange (8 onces).

Veillez à bien finir le mélange MiraLAX entièrement.

- Vous pouvez continuer à boire des liquides clairs jusqu'à 4 heures avant l'heure de votre arrivée prévue.
- Ne mangez rien avant d'avoir subi l'intervention.

## **Le jour de l'intervention**

### **Etape 3 (si on vous a demandé d'arriver à votre intervention à 11h ou plus tard):**

Si on vous a demandé d'arriver à votre intervention à 11h ou plus tard, suivez ces instructions le matin de votre intervention:

À **6h**, prenez 2 tablettes de bisacodyl par voie orale avec un verre d'eau. Commencez ensuite à boire la deuxième moitié du mélange MiraLAX.

1. À **6h15**, buvez 1 verre du mélange (8 onces).
2. À **6h30**, buvez un verre du mélange (8 onces).
3. À **6h45**, buvez un verre du mélange (8 onces).
4. À **7h**, buvez un verre du mélange (8 onces).

Veillez à bien finir le mélange MiraLAX entièrement.

- Vous pouvez continuer à boire des liquides clairs jusqu'à 4 heures avant l'heure de votre arrivée prévue.
- Ne mangez rien avant d'avoir subi l'intervention.

## Choses à ne pas oublier

- Prenez uniquement les médicaments qu'on vous a demandé de prendre le matin de l'intervention. Prenez-les avec quelques gorgées d'eau.
- N'appliquez aucune lotion, crème ou poudre sur votre poitrine ou vos bras.
- Retirez tout bijou, y compris les piercings.
- Laissez tout objet de valeur, comme les cartes de crédit ou les bijoux, chez vous. Nous n'avons pas de casiers pour que vous puissiez stocker vos objets de valeur.
- Si vous portez des lentilles de contact, mettez plutôt vos lunettes.

## Que faut-il apporter

- Une liste des médicaments que vous prenez à la maison
- Si vous avez un pacemaker implanté ou un défibrillateur automatique implantable (DAI), prenez la carte de votre portefeuille avec vous.
- Votre inhalateur de secours (tel que l'albutérol (Proventil®, Ventolin®) pour l'asthme), si vous en avez un
- Une boîte pour vos lunettes
- Votre formulaire de procuration pour les soins de santé, si vous en avez rempli

un

## Où se rendre

Votre intervention aura lieu à l'un de ces endroits:

**Endoscopy Suite au Memorial Hospital (hôpital principal du MSK)**

1275 York Avenue (entre les 67<sup>e</sup> et 68<sup>e</sup> East Streets)

New York, NY 10065

Prenez l'ascenseur M jusqu'au 2<sup>e</sup> étage. Entrez dans l'Endoscopy Suite en passant par les portes vitrées.

**MSK Monmouth**

480 Red Hill Road

Middletown, NJ 07748

## À quoi s'attendre

Une fois arrivé, on va vous demander d'indiquer et épeler votre nom et votre date de naissance plusieurs fois. Ceci est pour votre sécurité. Des gens avec le même nom ou des noms similaires pourraient avoir une intervention le même jour que vous.

Quand il sera l'heure de vous changer pour votre intervention, on vous donnera une robe, un peignoir et des chaussettes antidérapantes d'hôpital qu'il faudra porter.

Vous rencontrerez votre médecin avant l'intervention. Il vous expliquera l'intervention et répondra aux questions que vous pourriez avoir.

Vous rencontrerez votre anesthésiste. Il passera en revue votre historique médical avec vous et vous dira quelle sorte d'anesthésie (le traitement qui vous endort) vous allez recevoir.

Une fois qu'il est l'heure de votre traitement, on vous amènera dans la salle d'intervention et on vous aidera à vous installer sur la table d'examen. Vous vous allongerez sur votre côté gauche avec les genoux fléchis.

Votre anesthésiste placera une ligne intraveineuse (IV) dans une veine,

généralement dans votre bras ou votre main. Vous serez anesthésié par votre IV, ce qui vous endormira. Une fois endormi, votre médecin commencera la procédure.

Votre médecin placera un coloscope dans votre rectum. Le coloscope est relié à un écran vidéo. Cela permet à votre médecin de voir l'intérieur de votre côlon. Votre médecin utilisera de l'air du fluide pour déplacer le coloscope à travers votre côlon tout en regardant s'il y a quelque chose d'anormal sur l'écran vidéo.

L'intervention dure généralement moins de 60 minutes (1 heure).

## **Foire Aux Questions (FAQ)**

**Je prends la préparation et j'ai commencé à avoir des selles molles et liquides avant de la terminer. Dois-je quand même prendre le reste de la préparation?**

Oui. Vous devez boire toute la préparation pour nettoyer intégralement votre côlon pour une coloscopie sûre et complète.

**J'ai envie de vomir (nausée) ou j'ai vomi après avoir bu la préparation intestinale. Que dois-je faire?**

De nombreuses personnes ont la nausée lorsqu'elles boivent la préparation intestinale. Pour vous aider, essayez de mélanger la poudre MiraLAX avec des liquides clairs que vous aimez boire.

Si vous avez envie de vomir, vous devriez boire lentement et faire une pause. Cela signifie que vous devriez arrêter de boire le liquide pendant 30/45 minutes pour laisser votre estomac vide. Pendant que vous prenez une pause, mettez votre préparation liquide dans le réfrigérateur. Après votre pause, essayez de reboire lentement la préparation. Utilisez une paille si vous en avez une.

Si vous vomissez, faites une pause de 30 à 45 minutes. Si vous avez un médicament anti-nausée chez vous, vous pouvez en prendre 1 dose avant de commencer à reprendre la préparation. Vous pouvez boire n'importe quel liquide clair que vous appréciez pour rester hydraté. Il est important que vous buviez toute la préparation liquide pour nettoyer entièrement votre côlon pour une coloscopie

sûre et complète.

## Après votre intervention

Votre infirmière continuera à surveiller votre cœur, votre respiration et votre tension artérielle. De nombreuses personnes se sentent ballonnées et ont des crampes d'estomac après une coloscopie. Ceci est normal et disparaît avec des gaz intestinaux.

Une fois pleinement éveillé, votre infirmière enlèvera votre IV. Si quelqu'un attend avec vous, votre infirmière vous expliquera, à tous les deux, vos instructions sur votre sortie avant que vous ne rentriez chez vous.

### A la maison

- Vous pouvez commencer à manger des aliments légers dès votre sortie. Au début, évitez les aliments épicés, gras et fris. Retrouvez lentement votre régime habituel. Si votre médecin veut que vous limitiez votre régime pendant une certaine période, il vous en informera.
- Vous pouvez reprendre vos activités habituelles 24 heures après l'intervention.
- Ne buvez pas de boissons alcoolisées pendant 24 heures après l'intervention.

Si vous avez eu une biopsie, il est normal d'avoir un léger saignement depuis votre rectum. Il ne devrait pas y avoir plus de quelques gouttes de sang et le saignement devrait s'arrêter dans les 24 heures qui suivent l'intervention.

Après une coloscopie, il est normal que vos selles soient dérégées ou différentes de vos habitudes. Cela peut durer jusqu'à une semaine après votre intervention.

## Quand appeler votre prestataire de soins

Appelez votre prestataire de soin si vous avez l'une des choses suivantes:

- Une fièvre de 101° F (38.3° C) ou plus
- De graves douleurs ou ballonnements à l'estomac

- Un saignement depuis votre rectum qui dure pendant plus de 24 heures
- Un saignement entre les selles
- Faiblesse, étourdissement ou nausée
- Fort saignement depuis votre rectum

If you have any questions, contact a member of your healthcare team directly. If you're a patient at MSK and you need to reach a provider after 5:00 PM, during the weekend, or on a holiday, call 212-639-2000.

For more resources, visit [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) to search our virtual library.

---

How to Prepare for Your Colonoscopy Using MiraLAX® - Last updated on November 24, 2020

All rights owned and reserved by Memorial Sloan Kettering Cancer Center