



ПАМЯТКА ПАЦИЕНТУ И ЛИЦУ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩЕМУ УХОД ЗА ПАЦИЕНТОМ

Руководство для пациента по колоноскопии, проводимой во второй половине дня, с разделением дозы подготовки, используя препарат MiraLAX

Эта информация поможет вам подготовиться к проводимой во второй половине дня колоноскопии в Мемориальном онкологическом центре Слоан Кеттеринг (МОЦСК, англ. MSK).

Колоноскопия – это обследование всей ободочной кишки (толстой кишки). Ваш врач будет использовать гибкую трубку под названием колоноскоп, чтобы увидеть внутреннюю часть вашей ободочной кишки на видеомониторе. Во время процедуры врач может взять небольшой образец ткани (биопсия) для анализа, удалить полип (разрастание ткани) и сделать фотоснимки внутренней части вашей ободочной кишки.

Перед проведением колоноскопии ваш кишечник должен быть чистым и пустым. Здесь описывается информация о подготовке кишечника, которой вы должны следовать за день до процедуры в соответствии с предписанием вашего врача.

■ За 1 неделю до процедуры

Спросите о своих лекарствах

Перед процедурой вам может понадобиться прекратить прием или изменить дозу некоторых лекарств. Ниже мы указали несколько распространенных примеров.

- Если вы принимаете лекарство для разжижения крови, например, для лечения тромбов или предотвращения сердечного приступа либо инсульта, спросите врача, который прописал вам это лекарство, когда следует прекратить его прием. Некоторыми примерами препаратов, разжижающих кровь, являются варфарин (warfarin, Coumadin®), дальтепарин (dalteparin, Fragmin®), гепарин (heparin), тинзапарин (tinzaparin, Innohep®), эноксапарин (enoxaparin, Lovenox®), клопидогрел (clopidogrel, Plavix®) и цилостазол (cilostazol, Pletal®). Существует несколько новых препаратов, разжижающих кровь, поэтому, если вы не уверены, спросите своего врача.
- Если вы принимаете инсулин или другие лекарства для диабета, то вам может понадобиться изменить дозу. Спросите врача, который прописал вам лекарство для диабета, что вам следует сделать за день до вашей процедуры и утром перед ней.
- Если вы обычно принимаете слабительные препараты для запора, то за 1 неделю до колоноскопии вам понадобится увеличить принимаемое количество препарата. Если вы не уверены, что принимать, или если у вас возникнут какие-либо вопросы, позвоните в офис своего врача.

Если необходимо, получите письмо от своего врача

Если вам поставлен автоматический имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (англ. AICD), то перед процедурой вам придется получить письмо с разрешением от своего кардиолога.

Организируйте, чтобы кто-нибудь отвез вас домой

После процедуры вас должен отвести домой кто-либо в возрасте 18 лет или старше. Если у вас нет никого, кто это сможет сделать, пожалуйста, позвоните в одно из агентств, указанных ниже. Там вам помогут найти кого-нибудь, кто отвезет вас домой.

В Нью-Йорке:

Partners in Care (888) 735-8913

Prime Care (212) 944-0244

В Нью-Йорке или Нью-Джерси:

Caring People (877) 227-4649

Придерживайтесь бесшлаковой диеты

Вы должны начать придерживаться бесшлаковой диеты за 7 дней до проведения вашей колоноскопии. Бесшлаковая диета представляет собой диету, во время которой вы едите совсем немного продуктов питания с высоким содержанием пищевых волокон или продуктов, которые вашему организму сложно переварить. Пищевые волокна состоят из растительного материала, которые ваш организм не может полностью переваривать. Примеры продуктов питания с высоким содержанием пищевых волокон включают в себя цельнозерновые хлеба и злаки, орехи, семена и сырые или сухие фрукты. Избегая употребления этих продуктов питания перед колоноскопией, вы можете убедиться в том, что ваша ободочная кишка будет очищена для проведения процедуры.

| | Кушайте | Избегайте |
|-----------------------|--|--|
| Зерновые | <ul style="list-style-type: none">Белый хлебПростые крекеры, например, крекеры на содеПриготовленные злаки, например, манную или кукурузную кашуХолодные злаки, например, кукурузные хлопья или воздушный рис | <ul style="list-style-type: none">Семена, орехи и кокосЦельнозерновые продукты, например, макаронные изделия, злаки, крекеры и хлеба |
| Фрукты и овощи | <ul style="list-style-type: none">Хорошо приготовленные свежие или консервированные овощи без семян, например, головки спаржи, свеклу, стручковую фасоль, морковь, грибы, шпинат, кабачок (без семян) и тыквуПриготовленный картофель без кожицыСпелые бананыДыню, например, канталупу или мускатную дынюКонсервированные или приготовленные фрукты без семян или кожицы, например, яблочный соус или консервированные грушиАвокадо | <ul style="list-style-type: none">Большинство сырых овощейБольшинство сырых или сухих фруктов, например, ананас, изюм и инжирОпределенные приготовленные овощи, включая горошек, брокколи, зимние сорта тыквы, брюссельскую капусту, капусту, кукурузу (и кукурузный хлеб), лук, цветную капусту и картофель с кожей |

| | | |
|---------------------|--|---|
| Мясо и белок | <ul style="list-style-type: none"> ■ Постные и мягкие виды мяса, включая говядину, баранину, курицу, рыбу и свинину ■ Яйца | <ul style="list-style-type: none"> ■ Фасоль ■ Чечевицу ■ Тофу |
| Снэки | <ul style="list-style-type: none"> ■ Простые пироги и печенье ■ Желе, пудинги, заварной крем и щербет ■ Мороженое и фруктовый лед ■ Леденцы ■ Претцели ■ Ванильные вафли | <ul style="list-style-type: none"> ■ Арахисовое масло ■ Джем, повидло и варенье ■ Попкорн |
| Напитки | <ul style="list-style-type: none"> ■ Кофе и чай ■ Газированные напитки ■ Молоко ■ Яблочный сок, апельсиновый сок без мякоти и клюквенный сок ■ Процеженные овощные соки | <ul style="list-style-type: none"> ■ Фруктовые соки с мякотью или семенами ■ Сок из чернослива ■ Нектары |

Это также подходящее время для того, чтобы запастись прозрачными жидкостями, которые вы будете пить за день до своей процедуры.

■ За 3 дня до процедуры

За несколько дней до вашей процедуры вам позвонит по телефону медсестра (медбрат) из эндоскопического отделения. Он или она рассмотрит с вами указания из этого руководства и задаст вам вопросы о вашем медицинском анамнезе. Медсестра (медбрат) также проведет с вами обзор ваших лекарств и скажет, какие из них следует принять утром в день процедуры. Используйте приведенное ниже место для их записи.

Лекарства, которые следует принять утром в день вашей процедуры ✍

■ За 2 дня до процедуры:

Приобретите необходимые материалы

Приобретите материалы, необходимые вам для подготовки к колоноскопии, которые включают:

- Две таблетки по 5 мг бисакодила (Dulcolax®). Они обычно продаются в коробке по 10 таблеток.
- 238 граммов полиэтиленгликоля (polyethylene glycol, MiraLAX®)
- 64 унции любой прозрачной жидкости на ваш выбор не красного, фиолетового или оранжевого цвета.
 - Мы советуем вам купить спортивный напиток, такой как Gatorade® или Powerade®, чтобы заместить электролиты, которые вы потеряете в процессе подготовки кишечника.

Все это вы можете купить без рецепта. Он вам не понадобится.

■ За 1 день до процедуры:

Приготовьте раствор для подготовки кишечника MiraLAX®

Утром за день до вашей процедуры добавьте все 238 граммов порошка MiraLAX® в 64 унции прозрачной жидкости комнатной температуры. Закрыв крышкой, потрясите бутылку, пока порошок не растворится. Поставьте бутылку в холодильник. По словам пациентов, его вкус лучше в охлажденном виде. Не смешивайте препарат MiraLAX® раньше, чем утром за день до проведения вашей процедуры.

Время процедуры

Служащий приемного отделения позвонит вам после 14:00 за день до вашей процедуры. Он или она скажет, в какое время вам следует прийти в больницу для проведения процедуры. Если ваша процедура запланирована на понедельник, то вам позвонят накануне в пятницу. Если вам не позвонили, пожалуйста, позвоните по телефону (212) 639-7882.

Соблюдайте диету из прозрачных жидкостей

За день до процедуры вам придется соблюдать диету из прозрачных жидкостей. Не ешьте никакой твердой пищи в течение всего дня до вашей процедуры. Не пейте ничего красного, фиолетового или оранжевого цвета за день до колоноскопии. Убедитесь, что вы пьете большое количество жидкости помимо воды, кофе и чая. Употребление достаточного количества жидкости является важной частью подготовки к колоноскопии. Постарайтесь выпивать как минимум по одному стакану в 8 унций (≈ 237 мл) каждый час, пока вы бодрствуете.

Не употребляйте диетических напитков, даже если у вас диабет. Вам понадобятся калории из перечисленных ниже видов жидкости, чтобы не чувствовать слабость.

| | Пейте | Избегайте |
|-----------------|---|---|
| Супы | <ul style="list-style-type: none">■ Прозрачный отвар, бульон или консоме | <ul style="list-style-type: none">■ Любые продукты с частичками сушеной пищи или приправ |
| Сладости | <ul style="list-style-type: none">■ Желе (например, Jello®)■ Лед с различным вкусом■ Подсластители, например, сахар или мед, могут быть использованы | <ul style="list-style-type: none">■ Что-либо красного, фиолетового или оранжевого цвета |
| Напитки | <ul style="list-style-type: none">■ Прозрачные фруктовые соки, например, из белой клюквы, белого винограда, яблока■ Газированные напитки, например, 7-Up®, Sprite®, имбирный эль, сельтерскую воду, Gatorade®■ Черный кофе (без сливок)■ Чай | <ul style="list-style-type: none">■ Сок с мякотью■ Нектары■ Молоко■ Спиртные напитки |

В 15:00 за день до вашей процедуры примите внутрь 2 таблетки бисакодила, запив стаканом воды.

В 17:00 за день до вашей процедуры начинайте пить раствор для подготовки кишечника MiraLAX®. Выпивайте по одному стакану раствора в 8 унций каждые 10-15 минут всего 4 раза, пока вы не выпьете полбутылки. Сохраните оставшийся в бутылке раствор в холодильнике до следующего утра.

- Опорожнения кишечника обычно начинаются в течение 1 часа с момента употребления первой дозы, тем не менее, для некоторых людей это может занять дольше.
- Наносите вазелин (Vaseline®) или мазь A & D® на кожу вокруг ануса после каждого опорожнения кишечника. Это поможет предотвратить раздражение.
- Можете продолжать пить прозрачные жидкости ночью, но этого делать не требуется.

■ День процедуры

Завершите свой раствор для подготовки кишечника MiraLAX®

В 6:00 утром в день вашей процедуры выпейте вторую половину раствора MiraLAX®. Выпивайте по одному стакану в 8 унций каждые 10-15 минут, пока вы не закончите всю бутылку. Вы должны закончить бутылку раствора MiraLAX® до 8:00 утра.

! Ничего не ешьте и не пейте после 8:00 утром перед вашей процедурой. Это включает в себя воду, жевательную резинку и леденцы.

Следует запомнить

- Примите только те лекарства, которые вам сказали принять утром в день проведения вашей процедуры. Возможно, вы их записали на первой странице данного руководства. Примите их с несколькими глотками воды.
- Не наносите никакого лосьона, крема, пудры, макияжа или духов.
- Снимите все украшения, включая нательные пирсинги.
- Оставьте дома все ценные вещи, например, кредитные карточки и украшения.
- Если вы носите контактные линзы, то наденьте вместо них очки.

Что принести с собой

- Список лекарств, которые вы принимаете дома
- Свой ингалятор для экстренной помощи (например, альбутерол для астмы), если он у вас есть
- Футляр для очков
- Форму вашей медицинской доверенности, если вы таковую заполнили

Где следует припарковаться

Парковка в Мемориальном центре Слоан-Кеттеринг доступна в гараже на East 66th Street между First и York Avenue. Чтобы попасть в гараж, поверните на East 66th Street с York Avenue. Гараж расположен приблизительно через ¼ квартала по направлению к First Avenue, на правой (северной) стороне улицы. Пешеходный туннель соединяет гараж с больницей. Также неподалеку находятся коммерческие гаражи: 4 на East 69th Street между First и Second Avenue и 3 на East 65th Street между First и Second Avenue. С вопросами о расценках позвоните по телефону (212) 639-2338.

Куда нужно идти

Ваша процедура будет проводиться в Эндоскопическом отделении (англ. Endoscopy Suite) в главном здании больницы, расположенном по адресу 1275 York Avenue. Поднимитесь на 2^{ой} этаж на лифте М.

Если вы припарковались в гараже на перекрестке 66th Street и York Avenue, следуйте указателям к лифту А. Поднимитесь на лифте А на 2^{ой} этаж и через стеклянную дверь войдите в Эндоскопическое отделение.

Что следует ожидать

Когда вы придете в больницу, врачи, медсестры (медбратья) и другие члены персонала попросят вас много раз назвать и произнести по буквам ваше имя и дату рождения. Это делается для вашей безопасности. Пациенты с таким же или похожим именем могут проходить процедуры в тот же день.

После того, как вы наденете больничную одежду, вы встретитесь со своей (своим) медсестрой (медбратом). Он или она установит внутривенный катетер (англ. IV) в вену, обычно, вашей кисти или руки. Сначала вы будете получать жидкости через внутривенный катетер, а позже он будет использоваться для введения анестезии (лекарства, которое вызовет у вас сонливость). Ваш врач объяснит вам суть процедуры и ответит на любые имеющиеся у вас вопросы.

Когда придет время проведения процедуры, вас отведут в процедурную палату и помогут разместиться на смотровом столе. К вам будут подключены приборы для осуществления контроля вашего сердца, дыхания и артериального давления. Вы также будете получать через нос кислород. Вы будете лежать на левом боку с согнутыми коленями.

Через внутривенный катетер вам введут анестезию, что позволит вам уснуть. Когда вы уснете, врач осмотрит вашу прямую кишку. Далее, гибкая трубка под названием колоноскоп будет помещена в вашу прямую кишку. Колоноскоп соединен с видеомонитором. Это позволяет врачу увидеть внутреннюю часть вашей ободочной кишки. Врач будет использовать воздух и жидкость для продвижения колоноскопа вдоль вашей ободочной кишки, обращая внимание при этом на что-либо необычное на видеомониторе.

■ После процедуры

В палате восстановления

Вы проснетесь в палате восстановления. Медсестра (медбрат) будет продолжать проводить контроль вашего сердца, дыхания и артериального давления. После колоноскопии многие пациенты испытывают ощущение вздутия и спазмы в области желудка. Это нормальное явление, и оно проходит после освобождения от газов. Когда вы полностью проснетесь, медсестра (медбрат) удалит ваш внутривенный катетер. Если вас кто-то ожидает, то прежде чем вы отправитесь домой, медсестра (медбрат) разъяснит вам обоим указания по выписке.

Дома

- Если вам провели биопсию, то вы можете заметить несколько капель крови из вашей прямой кишки. Это нормальное явление после биопсии, однако, оно не должно превышать нескольких капель и не должно длиться более 24 часов.
- Через 24 часа после процедуры вы можете вернуться к своей обычной деятельности.
- Не пейте спиртных напитков в течение 24 часов после процедуры.
- Сразу же после выписки начните употреблять легкую пищу. Постепенно переходите к своей обычной диете. Если врач хочет ограничить вашу диету на какой-то период времени, он или она вам об этом скажет.

Позвоните своему врачу или медсестре (медбрату), если у вас:

- Температура тела 101° F (38.3° C) или выше
- Очень сильная боль или ощущение твердости в желудке
- Кровотечение из прямой кишки, которое длится более 24 часов
- Кровотечение между опорожнениями кишечника
- Слабость, головокружение или тошнота
- Сильное кровотечение

Если у вас возникнут какие-либо вопросы или беспокойства, пожалуйста, поговорите со своим врачом, медсестрой (медбратом) или другим членом вашей команды медицинского обслуживания. Вы можете с ними связаться с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 по телефону _____. После 17:00, в выходные дни и по праздникам, позвоните, пожалуйста, по телефону _____. Если номер телефона не указан или вы не уверены, позвоните по телефону (212) 639-2000.

©2014 Memorial Sloan Kettering Cancer Center