

# Руководство для пациента по колоноскопии с использованием препарата Miralax®

Эта информация поможет вам подготовиться к колоноскопии в Мемориальном онкологическом центре Слоан-Кеттеринг (МОЦСК, англ. MSKCC).

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 видео мониторе. Во время процедуры врач может взять небольшой образец ткани (биопсия) для анализа, удалить полип (разрастание ткани) и сделать фотоснимки внутренней части вашей ободочной кишки.

## За одну неделю до процедуры

### Спросите о своих лекарствах

Перед процедурой вам может понадобиться прекратить прием некоторых лекарств. Ниже мы привели несколько распространенных примеров.

- Если вы принимаете лекарство для разжижения крови, например, для лечения тромбов или предотвращения инфаркта 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®).
- 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 вашей 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 вашего 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.

Partners in Care (888) 735-8913

Caring People (877) 227-4649

### Приобретите необходимые материалы

Купите материалы, необходимые вам для подготовки к колоноскопии, которые включают в себя:

- Одну таблетку бисакодила 5 мг (bisacodyl, Dulcolax®). Они обычно продаются в коробке по 10 таблеток.
- Одну бутылку на 238 граммов полиэтиленгликоля (polyethylene glycol, Miralax®)
- Одну бутылку на 64 унции прозрачной жидкости не красного, оранжевого или фиолетового цвета

## Придерживайтесь беспшлаковой диеты

Вы должны начать придерживаться беспшлаковой диеты за 7 дней до вашей колоноскопии. Беспшлаковая диета представляет собой диету, в 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 переварить. Примеры пищи 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"><li>• Белый хлеб</li><li>• Простые крекеры, например, крекеры на соде</li><li>• Приготовленные злаки, например, манную или кукурузную кашу</li><li>• Холодные злаки, например, кукурузные хлопья или воздушный рис</li><li>• Белый рис, лапшу и пасту</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Семена, орехи и кокос</li><li>• Цельнозерновые продукты, например, пасту, злаки, крекеры и хлеба</li></ul>
Фрукты и овощи	<ul style="list-style-type: none"><li>• Хорошо приготовленные свежие или консервированные овощи без семян, например, головки спаржи, свеклу, стручковую фасоль, морковь, грибы, шпинат, кабачок (без семян) и тыкву</li><li>• Приготовленный картофель без кожицы</li><li>• Спелые бананы</li><li>• Дыню, например, канталупу или мускатную дыню</li><li>• Консервированные или приготовленные фрукты без семян или кожицы, например, яблочное пюре или консервированные груши</li><li>• Авокадо</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Большинство сырых овощей</li><li>• Большинство сырых или сухих фруктов, например, ананас, изюм и инжир</li><li>• Определенные приготовленные овощи, включая горошек, брокколи, зимние сорта тыквы, брюссельскую капусту, капусту, кукурузу (и кукурузный хлеб), лук, цветную капусту и картофель с кожицей</li></ul>
Мясо и белок	<ul style="list-style-type: none"><li>• Постные и мягкие виды мяса, включая говядину, баранину, курицу, рыбу и свинину</li><li>• Яйца</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Фасоль</li><li>• Чечевицу</li><li>• Тофу</li></ul>
Закуски	<ul style="list-style-type: none"><li>• Простые пироги и печенье</li><li>• Желе, пудинги, заварной крем и щербет</li><li>• Мороженое и фруктовый лед</li><li>• Леденцы</li><li>• Претцели</li><li>• Ванильные вафли</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Орахисовое масло</li><li>• Джем, повидло и варенье</li><li>• Попкорн</li></ul>
Напитки	<ul style="list-style-type: none"><li>• Кофе и чай</li><li>• Газированные напитки</li><li>• Молоко</li><li>• Яблочный сок, апельсиновый сок без мякоти и клюквенный сок</li><li>• Процеженные овощные соки</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Фруктовые соки с мякотью или семенами</li><li>• Сок из чернослива</li><li>• Нектары</li></ul>

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

### Придерживайтесь диеты из прозрачных жидкостей

За день до процедуры вам придется соблюдать диету из прозрачных жидкостей. Не пейте ничего красного, фиолетового или оранжевого цвета за день до своей колоноскопии. Обязательно пейте большое количество жидкости помимо воды, кофе и чая. Употребление достаточного количества жидкости является важной частью вашей подготовки к колоноскопии. Постарайтесь выпивать как минимум по одному стакану в 8 унций ( $\approx 237$  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"><li>• Прозрачный отвар, бульон или консоме</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Какие-либо продукты с частичками сушеной пищи или приправ</li></ul>
Сладости	<ul style="list-style-type: none"><li>• Желе (например, Jello®)</li><li>• Лед с различным вкусом</li><li>• Подсластители, например, сахар или мед, могут быть использованы</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Что-либо красного, фиолетового или оранжевого цвета</li></ul>
Напитки	<ul style="list-style-type: none"><li>• Прозрачные фруктовые соки, например, из белой клюквы, белого винограда, яблока</li><li>• Газированные напитки, например, 7-Up®, Sprite®, имбирный эль, газированную вод, напиток Gatorade®</li><li>• Черный кофе (без сливок)</li><li>• Чай</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Сок с мякотью</li><li>• Нектары</li><li>• Молоко</li><li>• Спиртные напитки</li></ul>

### Приготовьте раствор для подготовки кишечника Miralax®

Утром за день до своей процедуры разведите все 238 граммов препарата Miralax® с 64 унциями прозрачной жидкости, пока порошок Miralax® не растворится. Когда Miralax® растворится, если вы предпочитаете, вы можете поставить раствор в холодильник.

## Время вашей процедуры

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

**Запишите время своего приема** ✍

Дата \_\_\_\_\_ Время \_\_\_\_\_

Если по какой-то причине вам необходимо отменить свою процедуру, пожалуйста, позвоните назначившему ее для вас врачу.

- ! Не ешьте и не пейте ничего после полуночи в ночь перед вашей процедурой.**
- Это включает в себя воду, жевательную резинку и леденцы.

## Примите раствор для подготовки кишечника Miralax®

Освобождение ободочной кишки является важной частью колоноскопии. Если во время колоноскопии в вашей ободочной кишке будет стул, то ваш врач, возможно, не сможет провести процедуру. Раствор для подготовки кишечника Miralax® вызовет частые опорожнения кишечника, таким образом, убедитесь, что вечером перед своей процедурой вы находитесь недалеко от туалета.

**В 15:00 за день до вашей процедуры** примите 1 таблетку бисакодила, запив ее 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 15 минут, пока контейнер не опустеет. Когда вы закончите пить раствор для подготовки кишечника Miralax®, продолжайте пить прозрачные жидкости до полуночи или до того времени, когда вы пойдете спать.

- Наносите вазелин (Vaseline®) или мазь A & D® на кожу вокруг ануса после каждого опорожнения кишечника. Это поможет предотвратить раздражение.
- Употребите от 4 до 6 стаканов прозрачных жидкостей после того, как вы закончите раствор Miralax®. Вы можете продолжать пить прозрачные жидкости до полуночи, но этого делать не обязательно.

## В день процедуры

### Следует запомнить

- **Не ешьте и не пейте ничего утром в день вашей процедуры.** Это включает в себя воду, жевательную резинку и леденцы.
- Примите только те лекарства, которые вам сказали принять утром в день проведения вашей процедуры. Вероятно, вы записали их на первой странице данного руководства. Примите их с несколькими глотками воды.
- Не наносите никакого лосьона, крема, пудры, макияжа или духов.
- Снимите любые 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 припарковаться

Парковка в Мемориальном центре Слоан-Кеттеринг доступна в гараже на East 66<sup>th</sup> Street между First и York Avenue. Чтобы попасть в гараж, заедьте на East 66<sup>th</sup> Street с York Avenue. Гараж находится приблизительно через ¼ квартала по направлению к First Avenue, на правой (северной) стороне улицы. Гараж с госпиталем связывает пешеходный туннель. Также неподалеку находятся коммерческие гаражи: 4 на East 69<sup>th</sup> Street между First и Second Avenues и 3 на East 65<sup>th</sup> 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 госпиталя, расположенном по адресу 1275 York Avenue. Поднимитесь на 2ой этаж на лифте M.

Если вы припарковались в гараже на перекрестке 66<sup>th</sup> Street и York Avenue, следуйте указателям к лифту A. Поднимитесь на 2<sup>ой</sup> этаж на лифте A и через стеклянную дверь войдите в Эндоскопическое отделение.

## Что следует ожидать

Когда вы прибудете в госпиталь, 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 с медсестрой (медбратом). Он или она установит внутривенный катетер (англ. IV) в вену, обычно, вашей кисти или руки. Сначала вы получите 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 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 за вашим сердцем, дыханием и артериальным давлением. Вы также будете получать кислород через нос. 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, называемая колоноскоп, будет помещена в вашу прямую кишку. Колоноскоп соединен с видео монитором. 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 видео мониторе.

## После процедуры

### В палате восстановления

Вы проснетесь в палате восстановления. Медсестра (медбрат) будет продолжать проводить контроль за вашим сердцем, дыханием и артериальным давлением. 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-либо ожидает, то прежде чем отправиться домой, ваша 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.
- Начните употреблять легкую пищу сразу же после своей выписки. 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
- Сильная боль или ощущение твердости в желудке
- Ректальное кровотечение, которое длится более 24 часов
- Кровотечение между опорожнениями кишечника
- Слабость, головокружение или тошнота
- Сильное кровотечение

Врач: \_\_\_\_\_ Телефон: \_\_\_\_\_

Медсестра/медбрат: \_\_\_\_\_ Телефон: \_\_\_\_\_