



Памятка пациенту и лицу, ухаживающему за ним

# Как подготовиться к колоноскопии с помощью средства для очистки кишечника SUPREP®

Эта информация поможет вам подготовиться к колоноскопии в центре Memorial Sloan Kettering (MSK) с помощью средства для очистки кишечника SUPREP®. Ваш врач выпишет рецепт для приобретения этого средства.

Колоноскопия — это исследование толстой кишки. Врач воспользуется эндоскопом (гибкой трубкой с камерой на конце) для осмотра внутренней поверхности вашей толстой кишки на видеомониторе. Во время процедуры ваш врач может:

- взять небольшой образец ткани для анализа (сделать биопсию);
- удалить полип (разрастание тканей);
- сделать снимок внутренней поверхности вашей толстой кишки.

Тщательно выполните эти инструкции. Важно, чтобы на момент проведения колоноскопии ваша толстая кишка была пустой. При наличии стула в толстой кишке врач может не увидеть полипы или другие проблемы внутри нее, и вам может потребоваться пройти эту процедуру снова. Если у вас есть вопросы, обратитесь в офис вашего врача.

## За неделю до процедуры

Спросите врача о принимаемых вами лекарствах

До процедуры вам может потребоваться прекратить прием некоторых из ваших лекарств. Обсудите с врачом, прием каких лекарств вам можно прекратить. Ниже приведено несколько распространенных примеров.

## Антикоагулянты (лекарства, разжижающие кровь)

Если вы принимаете лекарство для разжижения крови, например для устранения сгустков крови или для профилактики инфаркта, спросите у назначившего его врача, когда вам следует прекратить его прием. Примеры таких лекарств приведены в таблице “Распространенные антикоагулянты (лекарства, разжижающие кровь)”. Существуют и другие подобные лекарства, поэтому проконсультируйтесь со своим врачом, если вы не знаете точно.

<b>Распространенные антикоагулянты (лекарства, разжижающие кровь)</b>		
<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>

## Лекарства для лечения диабета

Если вы принимаете insulin или другие лекарства для лечения диабета, возможно, вам потребуется изменить их дозировку. Спросите врача, который назначил вам лекарство для лечения диабета, что вам нужно сделать за один день до процедуры и утром в день процедуры. Скажите своему врачу, что вы будете пить не содержащие сахара напитки в рамках нулевой лечебной диеты за один день до проведения процедуры.

Если вы принимаете metformin (например, Glucophage® или Glumetza®) или лекарство, содержащее metformin (например, Janumet®), не принимайте его за один день до процедуры и в день проведения процедуры.

## Сообщите врачу, что у вас установлено устройство AICD

Сообщите врачу, если у вас установлен автоматический имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (AICD). Если вам было установлено это

устройство, необходимо, чтобы процедура выполнялась в Memorial Hospital (основной больнице центра MSK).

## При необходимости возьмите у своего врача справку

- Если у вас есть автоматический имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (AICD), перед проведением процедуры вам потребуется взять справку о допуске к ней у вашего кардиолога (врача по лечению сердца).
- Если у вас случались приступы боли в грудной клетке, головокружение, новые или более сильные случаи затруднения дыхания или обмороки в течение последних 6 недель, перед проведением процедуры вам необходимо взять справку о допуске к ней у вашего врача.

Справка о допуске к процедуре должна поступить в офис врача центра MSK не позднее, чем за 1 день до проведения процедуры.

## Договоритесь с кем-нибудь, чтобы вас отвезли домой

У вас должен быть ответственный сопровождающий, который отвезет вас домой после процедуры. Ответственный сопровождающий — это тот человек, который может помочь вам безопасно добраться домой и в случае необходимости сообщить вашему медицинскому сотруднику о проблемах. Договоритесь об этом заранее, до дня процедуры.

Если вам не удалось найти ответственного сопровождающего, который отвезет вас домой, позвоните в одно из указанных ниже агентств. Вам предоставят сопровождающего, который отвезет вас домой. Такие услуги обычно платные, и вам потребуется обеспечить транспорт. Можно взять такси или арендовать машину, однако нужно, чтобы с вами был ответственный сопровождающий.

### Агентства в Нью-Йорке

Partners in Care: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

### Агентства в Нью-Джерси

Caring People: 877-227-4649

## За 3 дня до процедуры

### Не употребляйте некоторые продукты

За 3 дня до колоноскопии начните придерживаться диеты с малым содержанием клетчатки. В течение этого времени не ешьте следующие продукты:

- сырые (свежие) фрукты и овощи
- цельные зерна кукурузы, в том числе консервированные;
- цельные злаки (такие как овсяные хлопья, бурый рис, киноа или пшеничный хлеб);
- семена (например, мак или кунжут);
- орехи.

### Поговорите с медсестрой/медбратом отделения эндоскопии

Медсестра/медбрат отделения эндоскопии позвонит вам между 8:00 и 18:00 часами за 3 дня до процедуры. Медсестра/медбрат разъяснит вам инструкции в этом руководстве и задаст вам вопросы по вашей медицинской карте. Медсестра/медбрат также изучит список ваших лекарств и скажет, какие из них вам следует принять утром в день процедуры. Впишите их на пустом месте, предоставленном вам ниже.



_____	_____
_____	_____
_____	_____

## За 1 день до процедуры



**За день до процедуры не принимайте никакой пищи. Соблюдайте нулевую лечебную диету.**

## Соблюдайте нулевую лечебную диету

Нулевая лечебная диета состоит исключительно из прозрачных жидкостей. Их примеры приведены в таблице «Нулевая лечебная диета». Соблюдая эту диету:

- Не принимайте никакой твердой пищи.
- Старайтесь выпивать хотя бы по 1 стакану (емкостью 8 унций (240 мл)) прозрачной жидкости каждый час во время бодрствования.
- Пейте большое количество и других жидкостей помимо воды, кофе и чая.
- Не пейте напитки красного, фиолетового и оранжевого цвета.
- Если у вас диабет, пейте только не содержащие сахара прозрачные жидкости и часто проверяйте уровень сахара в крови. Если у вас возникли вопросы, обратитесь к своему медицинскому сотруднику.

<b>Нулевая лечебная диета</b>		
	<b>Можно</b>	<b>Нельзя</b>
<b>Супы</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Прозрачный бульон, мясной отвар или консоме</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Любые продукты с частицами сушеной пищи или приправами</li></ul>
<b>Сладости</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Желе, например Jell-O®</li><li>• Ароматизированный лед</li><li>• Леденцы, например Life Savers®</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Что-либо красного, фиолетового или оранжевого цвета</li></ul>
<b>Напитки</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Прозрачные фруктовые соки, например из яблок, белой клюквы или белого винограда</li><li>• Газированные напитки, например 7-Up®, Sprite®,</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Соки с мякотью</li><li>• Нектары</li><li>• Молоко или сливки</li><li>• Алкогольные напитки</li><li>• Что-либо красного,</li></ul>

имбирный эль или минеральная вода <ul style="list-style-type: none"><li>• Спортивный напиток Gatorade®</li><li>• Черный кофе</li><li>• Чай</li><li>• Вода</li></ul>	фиолетового или оранжевого цвета
---	----------------------------------

## Запишите время, на которое назначена процедура

Сотрудник отделения позвонит вам после 11:00 накануне дня процедуры. Вам скажут, в какое время вам нужно прибыть для проведения процедуры. Если ваша процедура назначена на понедельник, вам позвонят в предыдущую пятницу. Если с вами не свяжутся, позвоните в офис своего врача.

Если вам нужно отменить процедуру, сообщите об этом тому врачу, который запланировал для вас её проведение.

### **Запишите информацию о приеме ниже.**

Назначенное время прибытия: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

## Средство для очистки кишечника SUPREP

Для очистки кишечника с помощью средства SUPREP вам необходимо будет выпить большое количество прохладной жидкости. Это может вызвать вздутие или дискомфорт в брюшной полости (животе), тошноту или головную боль. Эти симптомы не являются поводом для беспокойства. Если у вас появилась боль в животе или рвота, позвоните врачу.

Примите средство для очистки кишечника SUPREP за 2 раза.

**В 17:00 вечером накануне процедуры выпейте первую часть средства SUPREP.** Сделайте это в 17:00 независимо от того, в какое время вы должны прибыть на место проведения процедуры.

1. Вылейте 1 флакон (6 унций (177 мл)) средства SUPREP в емкость для смешивания.

2. Долейте прохладной питьевой воды до отметки 16 унций (473 мл) на емкости. Перемешайте.
3. Выпейте всю жидкость, находящуюся в емкости.
4. В течение следующего часа выпейте еще 2 емкости воды по 16 унций (473 мл) (всего 32 унции (946 мл)). Не нужно пить всю воду за один раз, важно выпить 32 унции (946 мл) воды в течение следующего часа.
5. Когда вы выпьете все 32 унции (946 мл) воды, вы можете продолжать пить другие прозрачные жидкости, пока до запланированного времени прибытия на процедуру не останется 4 часа.

Повторите шаги 1–5 для второй части средства очистки кишечника SUPREP.

**Время, в которое следует начать пить вторую часть средства SUPREP, зависит от запланированного времени прибытия на процедуру.**

- Если вам сказали приехать на процедуру раньше 11:00, начните принимать средство в 20:00 накануне дня процедуры.
- Если вам сказали приехать на процедуру в 11:00 или позже, начните прием средства в \_\_\_\_\_ (за 5 часов до запланированного времени прибытия) в день процедуры.

## День проведения процедуры

Если вам сказали приехать на процедуру раньше 11:00, помните, что необходимо начать прием второй части средства SUPREP за 5 часов до запланированного времени прибытия на процедуру.



**Воздержитесь от приема пищи и напитков за 4 часа до запланированного времени прибытия в больницу. Это также касается воды, леденцов и жевательной резинки.**

## Что необходимо запомнить

- Примите только те лекарства, которые вам сказали принять утром в день процедуры. Запейте их несколькими маленькими глотками воды.
- Не наносите лосьоны, крем, пудру, парфюмерию или одеколон.
- Снимите все ювелирные украшения, включая пирсинг на теле.
- Оставьте ценные вещи, такие как кредитные карты и ювелирные украшения, дома.
- Если вы носите контактные линзы, снимите их и наденьте очки.

## Что взять с собой

- Список всех лекарств, которые вы принимаете дома, включая пластыри и мази.
- Если у вас есть имплантированный кардиостимулятор или кардиовертер-дефибриллятор (AICD), возьмите с собой памятку, которую вы носите в кошельке, если вы еще не передавали ее копию нашей больнице;
- Ингалятор для экстренной помощи (например albuterol от астмы), если вы таким пользуетесь.
- Футляр для очков.
- Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи, если вы его заполнили

## Куда идти

Процедура будет проходить по одному из указанных ниже адресов:

- Отделение эндоскопии (Endoscopy Suite) в Memorial Hospital (основной больнице центра MSK)**

1275 York Avenue (между улицами East 67<sup>th</sup> Street и East 68<sup>th</sup> Street)

New York, NY 10065

Поднимитесь на лифте М на 2-ой этаж. Пройдите в отделение эндоскопии (Endoscopy Suite) через стеклянные двери.



## □ MSK Monmouth

480 Red Hill Road

Middletown, NJ 07748

## Что ожидать в день процедуры

После вашего прибытия, вас несколько раз будут просить назвать и продиктовать по буквам ваше имя и фамилию, а также указать дату рождения. Это необходимо для вашей безопасности. Люди с одинаковыми или похожими именами могут проходить процедуру в один день.

Переодевшись в больничную рубашку, вы встретитесь с медсестрой/медбратом. Вам введут внутривенный (intravenous (IV)) катетер в одну из вен, как правило, на руке или на кисти руки. ВВ-катетер будет использоваться для введения жидкостей и анестезии (лекарства, чтобы вы уснули) во время процедуры. Введение жидкостей через ВВ-катетер возможно и перед процедурой.

Перед процедурой вы поговорите со своим врачом. Врач разъяснит вам процедуру и ответит на ваши вопросы.

Вы встретитесь также с вашим анестезиологом. Он(-а) просмотрит вашу медицинскую карту вместе с вами и расскажет о типе вашей анестезии (лекарстве, чтобы вы уснули).

Когда придет время процедуры, вас отведут в процедурный кабинет и помогут лечь на стол для осмотра. Вас подключат к оборудованию для слежения за сердцебиением, дыханием и кровяным давлением. Кроме того, вы будете получать кислород через тонкую трубочку, которая располагается под носом. Вы будете лежать на левом боку, согнув ноги в коленях. Вы получите анестезию через ВВ-капельницу и заснете.

Когда вы заснете, врач осмотрит вашу прямую кишку. Затем врач введет эндоскоп в прямую кишку. С помощью воздуха и жидкости врач будет перемещать эндоскоп по длине толстой кишки и осматривать ее на наличие любых необычных образований на видеомониторе.

# После процедуры

## В послеоперационной палате (Post-Anesthesia Care Unit (PACU))

Вы проснетесь в послеоперационной палате (Post Anesthesia Care Unit (PACU)). Медсестра/медбрат продолжит следить за вашим сердцебиением, дыханием и кровяным давлением. Вы можете ощущать вздутие и желудочные колики. Это нормально и проходит после выхода газов.

Когда вы окончательно проснетесь, медсестра/медбрат снимет вашу IV-капельницу. Если вас кто-то ждет, перед отправкой домой медсестра/медбрат даст инструкции по выписке и вам, и вашему сопровождающему.

## Дома

- После процедуры вы можете питаться как обычно, если врач не дал вам другие указания.
- Не употребляйте алкогольные напитки в течение 24 часов после процедуры.
- Вы можете вернуться к привычному образу жизни через 24 часа после процедуры.

Если вам провели биопсию, у вас может выделиться небольшое количество крови из прямой кишки, это нормально. Крови должно быть не больше нескольких капель, и кровотечение должно прекратиться в течение суток после процедуры.

Это нормально, если после колоноскопии ваш стул будет нерегулярным или не таким, как обычно. Так может продолжаться вплоть до 1 недели после проведения процедуры.

## Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните медицинскому сотруднику, если у вас возникло что-либо из перечисленного ниже:

- температура 101 °F (38,3 °C) или выше;
- сильная боль или твердость в желудке;
- кровотечение из прямой кишки, которое длится больше 24 часов;
- кровотечение в периоды между опорожнением кишечника;
- слабость, обморочное состояние или тошнота;
- сильное кровотечение из прямой кишки.

## Контактная информация

Если у вас возникнут какие-либо вопросы или беспокойства, обсудите их с представителем медицинской бригады. Вы можете звонить с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 по телефону 212-639-2210. После 17:00, а также в выходные и праздничные дни звоните по номеру 212-639-2000.

## Диета с малым содержанием клетчатки

На следующей странице приводятся примеры продуктов, которые следует употреблять или исключить из рациона при соблюдении диеты с малым содержанием клетчатки.

	<b>Ешьте продукты с малым содержанием клетчатки</b>	<b>Воздержитесь от употребления продуктов с высоким содержанием клетчатки</b>
Злаковые	<ul style="list-style-type: none"><li>• Белый хлеб</li><li>• Крекеры, например, соленые крекеры</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Семечки, орехи и кокос</li><li>• попкорн;</li><li>• Цельнозерновые продукты,</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Каши из злаковых, например, манная или кукурузная каша</li> <li>• Готовые к употреблению хлопья из злаков, например, кукурузные хлопья или воздушный рис</li> <li>• Шлифованный рис, лапша и макаронные изделия</li> </ul>	<p>например, макаронные изделия, хлопья из злаков, крекеры и хлеб</p>
Фрукты и овощи	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Полностью приготовленные консервированные овощи без семян, такие как спаржа, свекла, стручковая фасоль, морковь, грибы, шпинат, бессемянный кабачок и тыква</li> <li>• Приготовленный картофель без кожуры</li> <li>• Спелые бананы</li> <li>• Дыня, например, мускусная и мускатная дыня</li> <li>• Приготовленные или консервированные фрукты без семян или кожицы, например, яблочное пюре или груши</li> <li>• Авокадо</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Большинство сырых овощей</li> <li>• Большинство сырых фруктов или сухофрукты, например, ананас, изюм и инжир</li> <li>• Некоторые вареные овощи, такие как горох, брокколи, зимние сорта тыквы, брюссельская капуста, капуста, кукуруза (и кукурузный хлеб), лук, цветная капуста и картофель с кожурой</li> </ul>
Мясо и белковая пища	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Постное и нежное мясо, такое как говядина, баранина, курица, рыба и свинина</li> <li>• Яйца</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Фасоль и бобы</li> <li>• Чечевица</li> <li>• Сыр тофу</li> </ul>
Закуски	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Торт без крема и печенье без наполнителей</li> <li>• Желе, пудинги, заварные кремы и щербет</li> <li>• Мороженое и фруктовый лед</li> <li>• Крендельки</li> <li>• Ванильное печенье (wafers)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Арахисовое масло</li> <li>• Джем, конфитюр 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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Фруктовые соки с мякотью или семенами</li> <li>• Сливовый сок</li> <li>• Нектары</li> </ul>

- |  |                             |  |
|--|-----------------------------|--|
|  | без мякоти и клюквенный сок |  |
|  | • Процеженные овощные соки  |  |

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

How to Prepare for Your Colonoscopy using SUPREP® Bowel Prep Kit - Last updated on March 16, 2020

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center