INFORMACION EDUKUES PËR PACIENTËT DHE KUJDESTARËT

Si të përgatiteni për kolonoskopinë tuaj duke përdorur MiraLAX®

Ky informacion do t'ju ndihmojë që të përgatiteni për kolonoskopinë tuaj duke përdorur glikol polietilieni (sikurse MiraLAX).

Rreth kolonoskopisë suaj

Kolonoskopia është një test me të cilin doktori juaj ekzaminon zorrën e trashë. Mjeku do të përdorë një kolonoskop për të parë brenda zorrës suaj. Ky është një tub elastik që ka një kamerë në fund. Pamjet do të shfaqen në një video monitor.

Gjatë procedurës, doktori juaj mund të:

- heqë një kampion të vogël të indeve tuaja (biopsi) për testim.
- heqë një polip (rritje e indit).
- të bëjë foto të pjesës së brendshme të zorrës.

Zorra juaj duhet të jetë bosh për procedurën. Mjeku mund të mos jetë në gjendje të shohë polipet ose probleme të tjera nëse ka jashtëqitje brenda zorrës suaj. Mund t'ju duhet ta

përsëritni procedurën nëse ndodh kjo.

Ndiqni këto udhëzime me kujdes. Nëse keni ndonjë pyetje, kontaktoni zyrën e mjekut tuaj.

1 javë para kolonoskopisë suaj

Pyesni për mjekimet tuaja

Mund t'ju duhet të ndërpritni mjekimet tuaja të zakonshme para se të bëni procedurën. Ose, mund t'ju duhet të merrni një dozë (sasi) të ndryshme nga zakonisht. Bisedoni me ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor se si t'i merrni ilaçet tuaja para procedurës. Mos e ndryshoni mënyrën se si i merrni ilaçet pa folur me një ofrues kujdesi shëndetësor.

Ky seksion rendit disa shembuj të ilaçeve, por ka edhe shumë të tjera. **Sigurohuni që ekipi juaj i kujdesit i di të gjitha ilaçet me recetë, ilaçet pa recetë dhe shtesat dietike që merrni.** Mjekim me recetë është një mjekim që mund ta merrni vetëm nëse keni një recetë nga mjeku. Mjekim pa recetë është një mjekim që e blini pa pasur nevojë për recetë nga mjeku.

Është shumë e rëndësishme të merrni ilaçet dhe suplementet në mënyrën e duhur në ditët para procedurës. Nëse nuk e bëni, mund të jetë e nevojshme të ndryshojmë planin për procedurën tuaj.

Antikoagulantë (holluesit e gjakut)

Holluesit e gjakut janë mjekime që ndikojnë te mënyra se si mpikset gjaku. Nëse merrni hollues gjaku për të trajtuar mpiksjen e gjakut ose për të parandaluar infarkt në zemër ose goditje në tru, pyesni doktorin që jua ka rekomanduar se kur të ndaloni marrjen e tyre.

Ja disa shembuj të holluesve të gjakut. Ka edhe të tjerë, ndaj sigurohuni që skuadra e kujdesit tuaj shëndetësor i di të gjitha mjekimet që merrni. **Mos ndaloni marrjen e holluesit të gjakut pa folur me dikë nga skuadra e kujdesit tuaj shëndetësor.**

- Apixaban (Eliquis®)
- Aspirinë
- Celecoxib (Celebrex®)
- Cilostazol (Pletal®)
- Clopidogrel (Plavix®)
- Dabigatran (Pradaxa®)
- Dalteparin (Fragmin®)
- Dipyridamole (Persantine®)
- Edoxaban (Savaysa®)
- Enoxaparin (Lovenox®)
- Fondaparinux (Arixtra®)
- Injeksion me heparinë (gjilpërë)
- Meloxicam (Mobic®)
- Ilaçe josteroidale dhe anti-inflamatore (NSAID-e), si ibuprofen (Advil®, Motrin®) dhe naproxen (Aleve®)
- Pentoxifylline (Trental®)
- Prasugrel (Effient®)
- Rivaroxaban (Xarelto®)
- Sulfasalazine (Azulfidine®, Sulfazine®)
- Ticagrelor (Brilinta®)
- Tinzaparin (Innohep®)
- Warfarin (Jantoven®, Coumadin®)

Barna diabeti

Mund të merrni insulinë ose barna të tjera diabeti. Në këtë rast flisni me ofruesin tuaj të shërbimit shëndetësor MSK dhe me mjekun tuaj të përgjithshëm që i përshkruan ata. Pyetini ata se çfarë duhet të bëni para operacionit apo procedurës. Mund t'ju duhet të ndaloni marrjen e barit ose të merrni një dozë (sasi) të ndryshme nga ajo e zakonshme. Ju gjithashtu mund të keni nevojë të ndiqni disa udhëzime në lidhje me dietën dhe marrjen e lëngjeve para operacionit ose procedurës. Ndiqni udhëzimet e ofruesit tuaj të kujdesit shëndetësor.

Ekipi mjekësor që kujdeset për ju do të monitorojë nivelet e glukozës në gjak gjatë operacionit ose procedurës.

Këtu janë disa shembuj të barnave për diabetin. Ka edhe të tjerë, ndaj sigurohuni që skuadra e kujdesit tuaj shëndetësor i di të gjitha mjekimet që merrni.

- Insulinë.
- Metformin, sikurse Glucophage® dhe Glumetza®.
- Barna që përmbajnë metmorfinë si për shembull Janumet®.
- Inhibitorët e SGLT-2, siç është kanagliflozina (Invokana®), dapagliflozin (Farxiga®), empagliflozin (Jardiance®), ertugliflozin (Steglatro®), bexagliflozin (Brenzavvy®), dhe sotagliflozin (Inpefa®).

- Agonistët e receptorëve GLP-1. Lexoni seksionin “Barna GLP-1 për humbje peshe” për shembull barna GLP-1.

Barna me bazë GLP-1 për humbje peshe

Është e rëndësishme t’i tregoni ofruesit tuaj të kujdesit shëndetësor nëse merrni një ilaç GLP-1. Para operacionit ose procedurës, është e nevojshme të ndiqni udhëzime specifike në lidhje me ushqyerjen dhe marrjen e lëngjeve. **Është shumë e rëndësishme të ndiqni këto udhëzime. Nëse nuk i respektoni këto udhëzime, operacioni ose procedura juaj mund të vonohet ose të anulohet.**

- **Ditën para operacionit ose procedurës suaj, ndiqni një dietë me lëngje të qarta.** Mos hani ushqim të ngurtë. Lexoni *Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet) për të mësuar më shumë.
- **Ndaloni të pini 8 orë para kohës së parashikuar të mbërritjes.** Pas kësaj kohe, mos hani e mos pini asgjë, as lëngje të qarta. Mund të pini gllënjka të vogla uji ndërkohë që merrni barnat tuaja.

Për të mësuar më shumë *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).

Këtu janë disa shembuj të barnave GLP-1. Ka edhe të tjerë, ndaj sigurohuni që skuadra e kujdesit tuaj shëndetësor i di të gjitha mjekimet që merrni. Ato herë pas here përshkruhen për të ndihmuar në menaxhimin e diabetit ose kushteve të tjera. Në raste të tjera, ato përshkruhen për të ndihmuar në humbjen e peshës.

• Semaglutid (Wegovy®, Ozempic®, Rybelsus®) • Dulaglutid (Trulicity®)	• Tirzepatid (Zepbound®, Mounjaro®) • Liraglutid (Saxenda®, Victoza®)

Planifikoni që dikush t'ju dërgojë në shtëpi

Ju duhet të keni një shoqërues të rritur që t'ju dërgojë në shtëpi pas procedurës. Një kujdestar përgjegjës është dikush që mund t'ju ndihmojë të shkoni në shtëpi i sigurt. Ai ose ajo duhet të jetë në gjendje të kontaktojë stafin e kujdesit tuaj shëndetësor nëse ka ndonjë merak. Sigurohuni që ta planifikoni këtë përpara ditës së procedurës.

Nëse nuk keni një kujdestar përgjegjës që mund t'ju shoqërojë në shtëpi, atëherë telefononi një nga agjencitë e mëposhtme. Ata do të dërgojnë dikë që t'ju shoqërojë në shtëpi. Ka një tarifë për këtë shërbim, dhe do t'ju duhet që të siguroni transportin. Nuk ka problem nëse përdorni taksi ose shërbim transporti me makinë, por ju duhet gjithsesi një person përgjegjës që t'ju shoqërojë.

Agjensi në New York

VNS Health: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

Agjensi në New Jersey

Caring People: 877-227-4649

Merrni një letër nga doktori juaj nëse është e nevojshme

Mund t'ju duhet të merrni një letër për leje nga mjeku para se të bëni procedurën. Autorizimi është një letër e cila tregon se ju mund t'i nënshtroheni procedurës në mënyrë të sigurt. Zyra e doktorit të MSK-së duhet të marrë autorizimin të paktën 1 ditë përpara procedurës.

Kardioverter-defibrilator automatik i implantueshëm (AICD)

Tregojini mjekut tuaj MSK nëse keni AICD. Do t'ju duhet të merrni një letër për leje nga kardiologu (mjeku i zemrës).

Simptoma të tjera

Do t'ju duhet një letër leje nga mjeku juaj nëse keni pasur ndonjë nga këto gjatë 6 javëve të fundit:

- Dhimbje kraharori.
- Vështirësi në frymëmarrje që është shfaqur së fundi apo që është përkeqësuar.
- Të fikët.

Blini produktet për përgatitjen e zorrës së trashë

Blini këto produkte për përgatitjen e zorrës suaj të trashë.

Përgatitja e zorrës së trashë quhet “bowel prep.”

- 4 (5 mg) tableta bisacodyl (Dulcolax®). Këto shiten zakonisht në kuti me 10 tableta.
- 1 shishe (8.3-onz, or 238-gram) me glikol polietilieni (MiraLAX®).
- 64 onz lëng transparent që nuk është i kuq, lejla ose portokalli. Do t’ju duhet ta përzieni këtë me MiraLAX. Ruajeni në temperaturë ambienti.
    - Një pije sportive, (si për shembull Gatorade® ose Powerade®), është një zgjedhje e mirë. Pijet sportive do t’ju ndihmojnë në zëvendësimin e elektroliteve që do të humbisni gjatë pastrimit të zorrës së trashë.
    - Nëse keni diabet, merrni lëngje transparente pa sheqer.

Blini të tjera, nëse është e nevojshme

Mund t’ju duhet të blini produkte ekstra nëse i përgjigjeni po ndonjë prej pyetjeve të mëposhtme:

- A keni pririje të ngeleni kaps (vështirësi për të nxjerrë jashtëqitje) ose a keni më pak se 3 lëvizje të zorrëve në javë?
- A merrni mjekime narkotike (opioide)? Nëse nuk jeni i sigurt, kontaktoni me ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor. Opioidet përfshijnë:
    - Fentanyl (Duragesic®, Subsys®)

- Morphine (DepoDur®, Duramorph®)
- Hydrocodone (Vicodin®)
- Oxycodone (Oxycontin®, Percocet®)

- A keni bërë kolonoskopi me përgatitje jo të mirë (jashtëqitje në zorrë) në të kaluarën?

Nëse i jeni përgjigjur po ndonjërës prej këtyre pyetjeve:

- Blini MiraLAX shtesë Mund të blini një kuti me 10 paketa (17 gram) ose 1 shishe (4.1 onz ose 119 gram)
- Blini më shumë lëngje për një dietë të plotë, nëse tashmë nuk i keni ato. Lexoni pjesën "2 ditë para kolonoskopisë suaj" për shembuj se çfarë mund të pini ndërsa po ndiqni një dietë të plotë me lëngje.

5 ditë para kolonoskopisë suaj

Mos merrni më suplemente oral hekuri

Nëse merrni nga goja një suplement hekuri ose një multivitaminë që përmban hekur (suplement hekuri që e gëlltisni), ndërpriteni marrjen e tij 5 ditë para procedurës. Suplemente oral hekurit mund të shkaktojnë ndryshime të ngjyrës në jashtëqitjen tuaj. Kjo mund t'ia bëjë më të vështirë mjekut që të shohë zorrën tuaj.

3 ditë para kolonoskopisë suaj

Ndiqni një dietë me përmbajtje të ulët fibrash

Ndiqni një dietë me përmbajtje të ulët fibrash duke filluar nga 3 ditë para kolonoskopisë. Gjatë kësaj kohe, **mos hani:**

- Fruta dhe perime të gjalla (të pagatuara).
- Misër kokërrplotë, duke përfshirë misrin e konservuar.
- Drithëra, të tilla si tërshëra, orizi kaf, quinoa ose buka e grurit.
- Farat, të tilla si farat e lulëkuqes ose susamit.
- Arra.

Mos merrni më suplemente me fibra, si fibra e psylliumit. (Metamucil®).

Ja disa shembuj të gjërave që mund të keni ndërsa ndiqni një dietë me pak fibra:

- Oriz i bardhë
- Bukë e bardhë
- Mish dhe peshk
- Bulmet, përfshirë djathin
- Perimet e gatuara
- Patate të gatuara pa lëkurë, si patate të skuqura

Bisedoni me infermieren/in tuaj të endoskopisë

Pak ditë para procedurës, do të merrni një telefonatë nga një infermier i endoskopisë. Ai ose ajo do të rishikojë me ju këto

udhëzime dhe do t’ju bëjë pyetje lidhur me historinë tuaj mjekësore.

Infermierja do të shqyrtojë mjekimet tuaja dhe do t’ju tregojë se çfarë të pini në mëngjesin e ditës që do të bëni procedurën.

Shënoji ato në hapësirën më poshtë.

---

2 ditë para kolonoskopisë suaj

Vazhdoni të ndiqni një dietë me përmbajtje të ulët fibrash, përveç nëse:

- Keni prirje të shpeshtë kaspllëku ose keni jashtëqitje më pak se 3 herë në javë.
- Merrni mjekimet narkotike.
- Keni bërë kolonoskopi me përgatitje jo të mirë në të kaluarën.

Nëse ndonjë prej këtyre zbatohet për ju, mos ndiqni me dietë me përmbajtje të ulët fibrash dhe ndiqni këto udhëzime:

- Merrni 3 doza (17 gramë) MiraLAX sot. Përzieni 1 dozë me 8 ons lëng në çdo rast. Shpërndajini dozat gjatë ditës. Për

shembull mund të merrni 1 dozë në mëngjes, 1 në drekë dhe 1 në darkë.

- Ndiqni një dietë të plotë me lëngje. Nëse ndiqni një dietë plotësisht të lëngshme, konsumoni vetëm ushqime dhe pije që janë të lëngshme ose që bëhen të lëngshme në temperaturë dhome. Shembujt përfshijnë:
  - Kos pa copa frutash.
  - Lëngje frutash pa pulpë.
  - Soda.
  - Lëng supe ose krem supe që është kulluar, në mënyrë që të mos ketë copa perimesh.
  - Akullore, milkshake-e dhe akullore frutash pa copa frutash, arra, salcë çokollate ose gjalpë kikiriku.
  - Suplemente ushqimore nga goja sikurse Glucerna® dhe Ensure®.

1 ditë para kolonoskopisë suaj

Merrni MiraLAX të përgatitjes së zorrës

Në mëngjesin e ditës përpara procedurës, përzieni 8.3 onz ose 238 gram të pluhurit MiraLAX me 64 onz lëng transparent në temperaturë dhome. Përzieni derisa pluhuri MiraLAX të shkrihet.

Pasi MiraLAX të tretet, mund ta vendosni përzierjen në

frigorifer. Kjo është opsionale.

Mos e përzieni MiraLAX më herët se në mëngjesin e ditës përpara procedurës.

Ndiqni një dietë me lëngje transparente

Ditën para procedurës suaj, ndiqni një dietë me lëngje transparente. Një dietë me lëngje pa ngjyrë përfshin vetëm lëngjet e tejdukshme. Mund të gjeni shembuj të tyre në tabelën “Dita e lëngjeve pa ngjyrë”.

Kur jeni duke ndjekur një dietë me lëngje pa ngjyrë:

- Mos hani ushqime solide.
- Mos pini asgjë të kuqe, lelja ose portokalli.
- Provoni të pini të paktën 1 filxhan (8 ons) lëng çdo orë që jeni zgjuar.
- Pini lloje të ndryshme të lëngjeve pa ngjyrë. Mos pini vetëm ujë, kafe dhe çaj. Kjo ju ndihmon të siguroheni se po i merrni kaloritë e mjaftueshme dhe është një pjesë e rëndësishme e përgatitjes për kolonoskopinë.
- Nëse keni diabet, pini vetëm lëngje transparente pa sheqer dhe kontrolloni shpesh nivelin e sheqerit në gjak. Nëse keni ndonjë pyetje, flisni me skuadrën e kujdesit shëndetësor.

Dietë me lëngje transparente

	OK për të ngrënë	Mos hani
Supa	• Lëng mishi, supë transparente.	• Asgjë që ka copa ushimesh të thata ose erëza.
Ëmbëlsira	• Xhelatinë, si për shembull Jell-O®. • Akull me shije. • Ëmbëlsira të forta, si Life Savers® dhe karamele limoni.	• Çdo gjë me ngjyrë të kuqe, lejla ose portokalli. • Të gjitha ëmbëlsirat e tjera.
Pije	• Lëngjet transparente të frutave, si limonata, lëngjet e mollës, manave të bardha dhe rrushit të bardhë. • Soda, si për shembull lëngu i xhinxherit, 7UP®, Sprite®, dhe seltzer. • Pijet sportive, si Gatorade dhe Powerade. • Kafe pa qumësht ose krem. • Çaj pa qumësht ose krem. • Ujë, duke përfshirë pijet e karbonizuara (me gaz) dhe ujin me shije.	• Çdo gjë me ngjyrë të kuqe, lejla ose portokalli. Këtu përfshihen lëngjet e portokallit të kuq, lejla dhe portokalli, sodat dhe pijet sportive. • Lëng frutash me pulpë. • Nektare. • Lëngjet smoothie ose përzierjet • Qumësht, krem dhe produkte të tjera bulmeti. • Qumështet e arrave, qumështet bimore, kremuesit jo-bulmet dhe alternativat e tjera të bulmetit. • Pijet me alkool.

Shënoni orën e procedurës suaj

Një pjesëtar i stafit nga Klinika e Shtrimit do t'ju telefonojë pas drekës (12 p.m.) në ditën para procedurës. Nëse procedura është planifikuar për të hënën, ata do t'ju telefonojnë të premten përpara.

Pjesëtari i stafit do t'ju thotë se në cilën orë të vini në spital për procedurën tuaj. Gjithashtu do t'ju kujtojnë se ku duhet të shkoni. Nëse nuk ju telefonojnë, telefononi klinikën e mjekut.

Nëse keni nevojë të anuloni takimin tuaj, telefononi Zyrën e Rezervimeve të GI në 212 639 5020.

Filloni përgatitjen e zorrës

Hapi 1: Në orën 4 të pasdites, një ditë para procedurës, gëlltisni 2 tableta bisacodyl (5 mg) me një gotë ujë.

Hapi 2: Në orën 4:15 të pasdites, filloni të pini përzierjen MiraLAX.

1. Në orën **4:15 të pasdites**, pini 1 filxhan (8 ons) nga përzierja.
2. Në orën **4:30 p.m.**, pini 1 filxhan (8 onz) nga përzierja.
3. Në orën **4:45 të pasdites**, pini 1 filxhan (8ons) nga përzierja.
4. Në orën **5 të pasdites**, pini 1 filxhan (8ons) nga përzierja.

Do të pini gjithsej 32 onz (4 filxhanë) nga përzierja.

Pasi të keni mbaruar, do të ketë mbetur gjysma e përzierjes MiraLAX. Koha se kur duhet ta pini gjysmën e dytë të përzierjes MiraLAX varet nga koha e planifikuar e mbërritjes. Ndiqni udhëzimet në hapin 3.

Lëvizja e zorrëve zakonisht fillon brenda 1 ore pasi keni pirë dozën e parë, por te disa njerëz mund të dojë më shumë. Mos u shqetësoni nëse nuk filloni të keni lëvizje të zorrëve pasi keni pirë gjysmën e parë të MiraLAX. Vazhdoni të pini lëngje transparente dhe filloni gjysmën e dytë të MiraLAX sipas udhëzimeve.

Lyejeni lëkurën me krem (Vaseline®) ose A & D® pomadë rreth anusit pas çdo jashtëqitje. Kjo ndihmon në parandalimin e irritimit.

Vazhdoni të pini lëngje transparente që të jeni të hidratuar dhe të shpëlani zorrën.

> Nëse po merrni një bar me bazë GLP-1: ekipi juaj i kujdesit shëndetësor do t'ju japë udhëzime specifike për se kur të filloni hapin e tretë të përgatitjes së zorrës së trashë e kolonoskopisë suaj. Ndiqni udhëzimet e tyre.

Hapi 3 (nëse ju kanë thënë që të vini për procedurën para orës 11 të paradites):

Ndiqni këto udhëzime mbrëmjen para procedurës suaj nëse do të arrini para orës 11:00.

Në orën **11 të mbrëmjes**, gëlltitni 2 tableta bisacodyl me një gotë ujë. Më pas, filloni të pini gjysmën e përzierjes MiraLAX.

1. Në orën **11:15 të mbrëmjes**, pini 1 filxhan (8 ons) nga përzierja.
2. Në orën **11:30 të mbrëmjes**, pini 1 filxhan (8 ons) nga përzierja.
3. Në orën **11:45 të mbrëmjes**, pini 1 filxhan (8 ons) nga përzierja.
4. Në orën **12 të natës (mesnatë)**, pini 1 filxhan (8 ons) nga përzierja.

Sigurohuni që ta përfundoni të gjithë përzierjen MiraLAX.

Mund të vazhdoni të pini lëngje transparente deri në 4 orë para kohës së planifikuar të mbërritjes.

Mos hani asgjë derisa të keni përfunduar procedurën.

Ditën e kolonoskopisë.

Nëse po merrni një bar me bazë GLP-1: ekipi juaj i kujdesit shëndetësor do t'ju japë udhëzime specifike për se kur të filloni hapin e tretë të përgatitjes së zorrës së trashë e kolonoskopisë suaj. Ndiqni udhëzimet e tyre.

Hapi 3 (Nëse ju kanë thënë të vini për procedurën në orën 11 të paradites ose më vonë)

Ndiqni këto udhëzime mëngjesin e procedurës suaj nëse ora juaj e mbërritjes është planifikuar në orënn 11:00 ose më vonë.

Në orën **6 të mëngjesit**, gëlltisni 2 tableta bisacodyl me një gotë ujë. Më pas, filloni të pini gjysmën e përzierjes MiraLAX.

1. Në orën **6:15 të mëngjesit**, pini 1 (8-onz) filxhan përzierje.
2. Në orën **6:30 të mëngjesit**, pini 1 (8-onz) filxhan përzierje.
3. Në orën **6:45 të mëngjesit**, pini 1 (8-onz) filxhan përzierje.
4. Në orën **7 të mëngjesit**, pini 1 (8-onz) filxhan përzierje.

Sigurohuni që ta përfundoni të gjithë përzierjen MiraLAX.

Mund të vazhdoni të pini lëngje transparente deri në 4 orë para kohës së planifikuar të mbërritjes.

Mos hani asgjë derisa të keni përfunduar procedurën.

Gjërat që duhet të mbani mend

- Merrni vetëm mjekimet që ju janë rekomanduar në mëngjesin e ditës së procedurës. Shoqëroji ato me pak ujë.
- Mos përdorni locione, kremëra ose pudër në kraharor ose në krahë.
- Hiqni çdo bizhuteri, duke përfshirë bizhuteritë pirsing në trup.
- Lërini të gjitha gjërat me vlerë, si kartat e kreditit dhe bizhuteritë në shtëpi. Nuk kemi dollapë me çelës ku të mbani sendet tuaja me vlerë.
- Nëse mbani lente kontakti, vini syzet në vend të tyre.

Çfarë duhet të keni me vete

□ Kartën tuaj portofol, nëse keni AICD dhe karta juaj nuk ndodhet tashmë në dosje në spital.

□ Inhalatorin tuaj të emergjencës (si albuterol ose astma), nëse keni.

□ Një kuti për syzet ose protezat e dhëmbëve tuaj, nëse keni.

□ Formularin e autorizimit për kujdesin shëndetësor, nëse keni plotësuar një të tillë.

Ku duhet të shkoni

Procedura do të kryhet në një nga këto vendndodhje:

□ **Salla e Endoskopisë në Spitalin Memorial (spitali kryesor i MSK)**

1275 York Avenue (midis rrugëve East 67th dhe East 68th)
New York, NY 10065
Merrni ashensorin B për në katin e dytë. Kthehuni djathtas dhe futuni te Qendra e Kirurgjisë dhe Procedurave te dera e xhamit.

- **Qendra David H. Koch**
  530 East 74th St.
  New York, NY 10021
  TMerrni ashensorin për në katin e tetë.
- **MSK Monmouth**
  480 Red Hill Road
  Middletown, NJ 07748

Vizitoni www.msk.org/parking për informacion lidhur me parkimin në këto vende.

Çfarë duhet të prisni

Shumë pjesëtarë të stafit do t'ju kërkojnë që të thoni dhe të gërmëzoni emrin dhe datëlindjen tuaj. Kjo gjë bëhet për sigurinë tuaj. Njerëz me emra të njëjtë ose të përafërt mund të jenë duke kryer procedurën në të njëjtën ditë.

Kur të jetë momenti për t'u ndërruar për procedurën, ju do të pajiseni me një uniformë spitali, robdeshan dhe çorape kundër rrëshqitjes për t'i veshur.

Do të takoheni me mjekun tuaj përpara procedurës. Do t'ju

shpjegojë procedurën dhe do t'i përgjigjet çdo pyetje që mund të keni.

Do të takoheni me anestezistin tuaj. Do të rishikojë historinë tuaj mjekësore bashkë me ju dhe do të diskutojë me ju për llojin e anestezisë (mjekime që ju vënë në gjumë) që do të merrni.

Një pjesëtar i stafit do t'ju shoqërojë për te dhoma e procedurës kur të jetë momenti për kolonoskopinë. Do të shtriheni në anën e majtë me gjunjët e mbledhura.

Një ofrues i kujdesit shëndetësor do të vendosë një linjë intravenoze (IV) në venë, zakonisht në krah ose në dorë. Do të merrni barin anestetik nëpërmjet venës, i cili do t'ju vërë në gjumë. Pasi t'ju ketë zënë gjumi, mjeku juaj do të fillojë procedurën.

Doktori do të vendosë kolonoskopin në rektumin tuaj. Kolonoskopi është i lidhur me një monitor video. Kjo i jep mundësi mjekut të shohë brenda zorrës suaj. Doktori do të përdorë ajër dhe lëng për të lëvizur kolonoskopin nëpër zorrën tuaj, ndërsa shikon për çdo gjë të pazakontë në monitorin e videos.

Procedura zakonisht realizohet për më pak se 60 minuta (1 orë) kohë.

Pyetje të bëra shpesh (FAQ)

Po e marr përtagitjen dhe fillova të kem jashtëqitje të lirshme, të ujshme para se të përfundoj. A është e nevojshme të vazhdoj marrjen e pjesës së mbetur të përgatitje?

Po. Duhet të pini të gjithë përzierjen për të pastruar plotësisht zorrën tuaj për një kolonoskopi të sigurt dhe të plotë.

Ndjej sikur do të vjell (kam përzierje) ose kam vjellë pasi kam marrë përgatitjen për zorrën e trashë. Çfarë duhet të bëj?

Shumë njerëz mund të ndjejnë përzierje gjatë pirjes së përzierjes pastruese. Për të lehtësuar këtë, provoni të përzieni pluhurin MiraLAX me lëngje të qartë teksa e pini.

Nëse keni ndjesi përzierjeje, duhet ta pini ngadalë dhe të pushoni. Kjo do të thotë se duhet të ndaloni së piri lëngun për 30 deri në 45 minuta për të lejuar që stomaku të zbrazet. Ndërsa bëni një pushim, mund ta vendosni lëngun e përgatitur në frigorifer nëse e preferoni të ftohtë. Pas pushimit, provoni ta pini sërish lëngun përgatitës. Përdorni një pipë nëse keni.

Nëse villni, bëni një pushim 30 deri në 45 minuta. Nëse keni në shtëpi mjekime kundër përzierjes, mund të merrni 1 dozë para se të filloni përsëri përgatitjen e zorrës.

Mund të pini çdo lëng të pastër që dëshironi për t'u hidratuar. Është e rëndësishme që të pini të gjithë lëngun përgatitës për të pastruar plotësisht zorrën tuaj për një kolonoskopi të sigurt dhe të plotë.

Pas kolonskopisë suaj

Infermieri/ja do të vazhdojë të monitorojë zemrën, frymëmarrjen dhe presionin tuaj të gjakut. Shumë njerëz ndihen të fryrë dhe kanë dhimbje stomaku pas kolonoskopisë. Kjo është normale dhe kalon duke çliruar gazrat.

Pasi të jeni zgjuar plotësisht, infermieri/ja do të heqë tubin intravenoz. Nëse dikush është duke ju pritur, infermieri/ja do t'ju shpjegojë të dyve udhëzimet për daljen nga spitali përparja se të shkoni në shtëpi.

Në shtëpi

- Mund të filloni të hani ushqime të lehta menjëherë sapo të dilni nga spitali. Në fillim, shmangni ushqimet pikante, me yndyrë dhe të skuqura. Më pas, kaloni ngadalë te dieta normale. Nëse mjeku juaj dëshiron që të kufizoni dietën tuaj për një periudhë kohe, ai do t'jua bëjë të ditur.
- Mos pini asgjë që ka përmbajtje alkooli për 24 orë pas procedurës.
- Mund t'i rikthehen aktivitetit tuaj normal pas 24 orësh nga

procedura.

Nëse kryet një biopsi, është normale të keni një sasi të vogël gjakderdhje nga rektumi. Duhet të ketë vetëm pak pika gjak. Rrjedhja e gjakut duhet të ndalojë brenda 24 orësh pas procedurës suaj.

Pas kolonoskopisë, është normale që jashtëqitja të jetë e çrregullt dhe e ndryshme se zakonisht. Kjo mund të zgjasë deri në një javë pas procedurës.

Kur të telefononi ofruesin e kujdesit shëndetësor

Telefononi ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor nëse keni simptomat e mëposhtme:

- Temperaturë prej 101 °F (38.3 °C) ose më e lartë.
- Dhimbje dhe fryrje shumë e keqe e stomakut.
- Rrjedhje gjaku nga rektumi që zgjat më shumë se 24 orë.
- Rrjedhje gjaku mes lëvizjeve të zorrëve.
- Dobësi, të fikët ose përzierje.
- Rrjedhje të rënda gjaku nga rektumi.

Nëse keni pyetje ose shqetësime, kontaktoni ofruesin e kujdesit shëndetësor. Një pjesëtar i kujdesit shëndetësor do t'ju përgjigjet nga e hëna në të premte nga 9 e mëngjesit deri në 5 e pasdites Jashtë këtyre orareve, mund të lini një mesazh ose mund të flisni me një ofrues tjetër të MSK. Në telefon do të ketë gjithnjë një mjek ose infermier. Nëse nuk jeni të sigurt si të kontaktoni ofruesin e kujdesit shëndetësor, telefononi 212-639-2000.

Për më shumë informacione, vizitoni www.mskcc.org/pe për të kërkuar në bibliotekën tonë virtuale.

Të gjitha të drejtat zotërohen dhe rezervohen nga Memorial Sloan Kettering Cancer Center