KOLONOSKOPIA - PRZYGOTOWANIE I DIETA

1. W dniu badania proszę zgłosić się około 10/20 minut przed planowanym terminem.
   W przypadku badania w znieczuleniu ogólnym, należy być wraz z osobą towarzysząca (osoba ta musi być obecna już od momentu rejestracji pacjenta). Na badanie proszę zabrać ze sobą DOWÓD OSOBISTY, listę zażywanych leków oraz wypisy ze szpitala.

2. Przed badaniem endoskopowym proszę wykonać badania laboratoryjne: - badanie
   - w znieczuleniu ogólnym **morfologia, sód potas, glukoza, APTT, PT (INR)**, oraz **EKG (wyniki badań nie starsze niż 7 dni)**.

   * w Instytucie Zdrowia Medicall w przypadku badań komercyjnych dostępny jest pakiet endoskopowy zawierający wszystkie powyższe badania w cenie 190 zł - pobranie krwi na czczo w godzinach 7:30-11:00 od poniedziałku do piątku.

   - badanie w znieczuleniu miejscowym **morfologia, APTT, PT (INR)- wyniki badań nie starsze niż 7 dni**.

   * w Instytucie Zdrowia Medicall w przypadku badań komercyjnych dostępny jest pakiet endoskopowy zawierający wszystkie powyższe badania w cenie 70 zł – pobranie krwi na czczo w godzinach 7:30 – 11:00 od poniedziałku do piątku.

3. Jeżeli zażywa Pan/Pani leki rozrzedzające krew należy udać się do swojego lekarza prowadzącego, w celu odstawienia lub uzyskania zamienników, które należy pobierać 7 dni przed planowanych badaniem. (WAŻNE!! Nigdy nie odstawiaj leków bez konsultacji z lekarzem)

DIETA

3 dni przed kolonoskopią - dieta ubogoresztkowa

W tym okresie należy stosować dietę ubogoresztkową która ma na celu ograniczenie ilości błonnika w diecie, co sprzyja lepszemu oczyszczeniu jelit. Podstawowym celem jest zapobieganie powstawaniu resztek pokarmowych, które mogą zanieczyścić jelita.

Zalecane produkty:
Białe pieczywo, sucharki - unikaj pełnoziarnistego pieczywa, które zawiera zbyt dużo błonnika. Biały ryż, biały makaron - gotowane, nie smażone, aby uniknąć tłuszczu. Gotowane ziemniaki - najlepiej obierać je ze skóry. Mięso chude - np. gotowane, pieczone (kurczak, indyk, cielęcina, ryby). Unikaj mięsa smażonego, tłustego. Jaja - najlepiej gotowane na miękko lub sadzone, ale w minimalnej ilości tłuszczu. Warzywa gotowane lub duszone - np. marchewka, cukinia, dynia (bez skóry). Owoce gotowane, puree owocowe - np, jabłka, gruszki, banany, ale bez skóry i pestek.

Zalecane napoje:
Woda - pij dużo wody, aby zachować odpowiednie nawodnienie. Herbata - czarna, zielona, bez dodatku mleka czy cukru. Kawa - bez mleka, bez cukru. Napoje izotoniczne - bez barwników.

Zakazane produkty:
Surowe warzywa i owoce - surowe warzywa, takie jak sałata, brokuły, kalafior, i owoce, np., jabłka ze skórką owoce jagodowe. Pełnoziarniste produkty zbożowe – pełnoziarniste ryż, makaron, chleb, płatki owsiane, które zawierają dużo błonnika. Orzechy, nasiona - mogą pozostawić resztki w jelitach. Tłuste potrawy - smażone jedzenie, fast food, tłuste mięsa, potrawy bogate w masło i śmietanę.
Napoje gazowane i alkohol - mogą podrażniać jelita. Mleko i produkty mleczne - szczególnie te tłuste, jak śmietana, sery żółte.

1. Dzień przed kolonoskopią - dieta płynna
Na dzień przed kolonoskopią pacjent przechodzi na dietę płynną aby jeszcze bardziej oczyścić jelita. W tym dniu nie wolno spożywać żadnych pokarmów stałych.

Dozwolone płyny:
Woda - pij dużo wody, aby utrzymać odpowiednie nawodnienie organizmu. Przezroczyste buliony - np. bulion drobiowy lub warzywny. Unikaj bulionów, które zawierają kawałki warzyw lub mięsa. Herbaty - czarna, zielona, bez dodatku mleka i cukru. Napoje izotoniczne -bezbarwne, najlepiej te bez sztucznych barwników. Soki - najlepiej przezroczyste, np. sok jabłkowy (unikaj soków z miąższem). Kawa - czarna, bez mleka.

Zakazane płyny:
Mleko i produkty mleczne - należy ich unikać, ponieważ mogą pozostawić resztki w jelitach. Napoje gazowane - mogą powodować wzdęcia i dyskomfort. Alkohol - może podrażniać jelita i spowalniać proces oczyszczania.

W dniu poprzedzającym kolonoskopię należy również stosować ścisłe zalecenia lekarza dotyczące **preparatów przeczyszczających.** Zwykle zaleca się preparaty takie jak **Eziclen, Plenvu,** które pomagają całkowicie oczyścić jelita. Zazwyczaj zaczyna się je pić wieczorem, dzień przed badaniem, w zależności od wskazań lekarza.

2. Dzień kolonoskopii - całkowity post
W dniu kolonoskopii pacjent nie może spożywać żadnych pokarmów stałych ani płynów, chyba że lekarz zaleci inaczej.

- **woda** - jedyny płyn, który można pić, ale najlepiej nie spożywać jej bezpośrednio przed badaniem, aby uniknąć ryzyka wymiotów lub niedrożności podczas procedury.

Przestrzeganie tych zaleceń jest kluczowe dla prawidłowego przygotowania do kolonoskopii. Jeśli masz jakiekolwiek wątpliwości, zawsze skonsultuj się z lekarzem, który zlecił badanie.

Kolonoskopia – przeciwwskazania

Przeciwwskazania stanowią: zapalenie otrzewnej, perforacja (pęknięcie) jelita grubego, ostre zapalenie
uchyłków jelita grubego, piorunujące zapalenie jelita grubego.

Przeciwwskazania względne, czyli sytuacje, kiedy można rozważyć wykonanie kolonoskopii, gdy potencjalna korzyści przewyższa ryzyko; ciąża i duży tętniak aorty brzusznej ze skrzepliną a także ostre zespoły wieńcowe, ostra lub ciężka przewlekła niewydolność serca, ostra niewydolność oddechowa oraz niewyrównane zaburzenia krzepnięcia krwi.

U osób świeżo po zabiegach w obrębie jamy brzusznej lub miednicy, jeśli nie ma bezwzględnych wskazań do kolonoskopii, nie praktykuje się wykonywania tego badania w krótkim czasie od zabiegu. Badanie wykonywane świeżo po interwencji chirurgicznej może się wiązać z większym dyskomfortem chorego oraz

większym ryzykiem powikłań. Decyzje na temat odstąpienia od kolonoskopii i wykonania jej w późniejszym terminie podejmuje się indywidualnie.

Możliwe powikłania po kolonoskopii

Istotne powikłania sercowo-naczyniowe związane z przygotowaniem i przyjęciem leków stosowanych do kolonoskopii występują u 0,1 - 0,2% badanych. Częstość powikłań diagnostycznej kolonoskopii jest mała. Do przedziurawienia jelita dochodzi w < 0,1% badań, do czynników ryzyka zalicza się starszy wiek, chorobę uchyłkową choroby zapalne jelit. w kolonoskopii zabiegowej ryzyko powikłań (np., krwawienia lub przedziurawienia jelita) zależy od lokalizacji zmian i rodzaju zabiegu (większe w przypadku zabiegów w prawej połowie jelita i usuwania zmian o większej średnicy). Rzadkim, ale istotnym powikłaniem kolonoskopii jest uszkodzenie śledziony.

Postępowanie po zabiegu: co można jeść po kolonoskopii?

Po badaniu może utrzymywać się ból o różnym nasileniu, jednak ustępuje on całkowicie po kilku lub kilkunastu godzinach. Około 2 – 3 godzin po badaniu jelita grubego można zacząć pić płyny i zjeść lekki posiłek. Zaleca się tego dnia stosowanie diety lekkostrawnej, ubogoresztkowej, przejściowe zaburzenia wypróżniania są normalne po kolonoskopii. Poza powietrzem które zostaje po badaniu i może wywołać nawet silne bóle brzucha, można spodziewać się zaparcia. Dopiero po kilku dniach wszystko wraca do normy.

Czy po kolonoskopii można prowadzić samochód?

Jeżeli zabieg endoskopowy wykonywany jest w znieczuleniu ogólnym, po badaniu nie wolno prowadzić pojazdów mechanicznych i konieczna jest opieka drugiej osoby przy powrocie do domu.