



טופס הכנה לבדיקת קולונוסקופיה: הנחיות שימוש בתמיסה ותזונה

לקראת הבדיקה

1. קיבלת כבר את כל ההוראות לקראת הבדיקה, יש בידך את תוצאות בדיקות הדם שהתבקשת לבצע והפסקת תרופות לפי הוראת הרופא.
2. הצוות הרפואי החליט על דרך ההכנה המומלצת עבורך על פי קריטריונים רפואיים אישיים. קיימות 3 תמיסות לצורך הכנת המעי לבדיקה:
 - הכנה עם מרוקן (meroken)
 - הכנה עם מוביפרפ (moviprep)
 - הכנה עם פיקוסלקס (picosalax)
3. כעת ניתן להתחיל בהכנה לבדיקה. בשלב הראשון נכין את תמיסת ההכנה לבדיקה.

תמיסת ההכנה לבדיקה – הנחיות כלליות

- יש לרכוש את התמיסה (קבלת מרשם מרופא הגסטרו/משפחה).
- חשוב להימנע בקרבת נוחיות לאחר נטילת התכשיר, מאחר ותחילת פעילותו היא תוך שעה עד שלוש שעות.
- לפני השימוש בתמיסה רצוי לקרר אותה היטב, ולשתות עם קש.
- את התמיסה נחלק ל-2 חלקים שווים (כוס כל 20-15 דקות עד לסיום המנה).
- במידה ומתעוררת בחילה במהלך שתיית התמיסה יש להפסיק לשתות ולקחת כדור נגד בחילה (פראמין), להמתין כחצי שעה עד השפעתו ולאחר מכן ניתן להמשיך לשתות.
- מהרגע בו מתחילים לשתות את התמיסה יש לשתות נוזלים צלולים בלבד. חשוב מאוד לצרוך כמות מספקת (2-3 ליטר) של מגוון נוזלים צלולים המכילים אלקטרוליטים (מלחים) ולא רק מים, לדוגמה: מרק צח (צלול) עם מלח, מיצי פירות צלולים (מיץ תפוחים צלול, מים בטעמים), קולה, ספרייט, קרטיב קרח, תה עם דבש/סוכר או תמיסה המכילה כוס מים חמים עם חצי לימון סחוט, כפית דבש וכפית מלח ים.
- תופעות לוואי אפשריות הקשורות לשימוש בתכשיר הן: היפונטרמיה (איבוד נתרן), הפרעות אלקטרוליטיות אחרות וסיבוכים הקשורים לכך. הקאות, המופיעות בחלק מהמקרים, גם תורמות לאיבוד נוזלים, אשלגן ונתרן. היפונטרמיה דווחה גם במטופלים שאינם מיובשים, אבל צרכו כמויות גדולות של נוזלים, בעיקר מים.
- בכל מקרה של כאב בטן חריף וממושך, הקאות, כאב ראש, בלבול או הרגשה רעה – יש לפנות מידית למרפאה.

שימו לב: 3 שעות לפני הבדיקה יש להיות בצום מוחלט!

הכנה עם Meroken

יש למלא את הבקבוק במים (3 ליטר) ולערבב היטב עד להמסת האבקה, לאחר מכן ניתן לאחסן את הבקבוק במקרר. קירור התמיסה לפני השימוש משפר משמעותית את טעם. ניתן להוסיף דיאט ספרייט. השימוש בהכנה זו אסור בקרב חולים הסובלים מרגישות ל-PEG.



הכנה עם Moviprep

הכנת התמיסה מתבצעת במועד השתייה. בידך שתי שקיות מספר 1 ושתי שקיות מספר 2. לתוך כלי עם קו סימון בנפח 1 ליטר רוקן שתי שקיות: שקית מספר 1 ושקית מספר 2. הוסף לכלי מים בנפח 1 ליטר עד לקו הסימון וערבב היטב במשך 5 דקות עד להמסת האבקות וקבלת נוזל צלול או מעט מעורפל. הכן באותו אופן את המנה השנייה. השימוש בתרופה אסור בקרב חולים הסובלים מחוסר ב-G6PD-או חולים הרגישים ל-PEG.

הכנה עם Picosalax

בלילה שלפני הבדיקה יש ליטול כדור משלשל אחד לפני השינה. הכנת התמיסה מתבצעת במועד השתייה. בידך שתי שקיות אבקה. לתוך ספל רוקן שקית אחת, מלא את הספל במים קרים וערבב היטב במשך 3 דקות. במידה והתמיסה מתחממת חכה עד שתתקרר מספיק כדי לשתות אותה. הכן באותו אופן את השקית השנייה.

למי לא מיועדת הכנה זו:

- מטופלים הסובלים ממחלת מעי דלקתית
- מטופלים שעברו ניתוח במערכת העיכול
- היסטוריה של פרכוסים
- מטופלים הנוטלים תרופות המשפיעות על מאזן נוזלים או אלקטרוליטים: משתנים, קורטיקוסטרואידים, ליתיום
- מטופלים הסובלים מהפרעה בקצב הלב, אוטם שריר הלב

הוראות אלו אינן באות להחליף את ההוראות המצורפות לתכשירים. יש לעיין בעלון לצרכן לפני השימוש.

הכנה תזונתית

יומיים לפני הבדיקה

מזון:

יומיים לפני הבדיקה יש להתחיל שינויי תזונתי ולעבור לדיאטת דלת סיבים, הכוללת מזונות כמו: עוף, דגים, ביצים, אורז, כל מאכל מקמח לבן (פסטה, איטריות, פתיתים, לחם, פיתה) שוקולד מריר, דבש, טחינה, חומוס (מעובד). יש להוריד בכמויות של המזון (כל ארוחה בגודל של צלחת מנה ראשונה)

מזונות אסורים לאכילה:

חלב ומוצריו, פירות וירקות, בשר אדום, פיצוחים, לחמים וקטניות מדגנים מלאים, דגנים, ג'לי.

נוזלים:



ש לעלות כמויות של נוזלים (2-3 ליטר נוזלים לאורך היום). הנוזלים המותרים ללא הגבלה :
תה עם סוכר, קפה ללא חלב, משקאות צלולים, מים בטעמים, קולה, ספרייט, מיץ תפוחים
צלול, מרק צח, קרטיב קרח.

בוקר	ארוחת בוקר רגילה	שתיה רגילה ללא הגבלות
צהריים	ארוחה דלת סיבים	שתיה רגילה ללא הגבלות
ערב	ארוחה דלת סיבים	שתיה מרובה של 3-4 כוסות
לילה	---	שתיה מרובה של 3-4 כוסות

יום לפני הבדיקה

מזון: המשך תזונה דלת סיבים

נוזלים: יש לשתות כמות גדולה של נוזל צלול (12 כוסות).

נטילת תרופת ההכנה:

יש לקחת את המנה הראשונה של החומר המשלשל בין 12-18 שעות לפני הבדיקה.
מרגע התחלת שתיית נוזל ההכנה, אין לאכול מזון מוצק.

בוקר	ארוחה דלת סיבים	שתיה מרובה של נוזל צלול
צהריים	ארוחה דלת סיבים	שתיה מרובה של נוזל צלול
ערב	ארוחה דלת סיבים	שתיה מרובה של נוזל צלול
לילה	---	

יום הבדיקה

מזון ונוזלים: נוזלים צלולים בלבד

נטילת תרופת ההכנה:

6 שעות לפני מועד הבדיקה, יש לקחת את המנה השנייה של החומר המשלשל. אם
הבדיקה מתבצעת מוקדם בבוקר, הרי שהמשמעות היא לקום מוקדם. אנו מודעים לחוסר
הנוחות, אך הצלחת ההכנה טובה בהרבה בדרך זו – וכך גם אפקטיביות הבדיקה.

3 שעות לפני הבדיקה יש להיות בצום מוחלט (ללא נוזלים)!

בוקר	נוזלים צלולים	שתיה צלולה
צהריים	נוזלים צלולים	שתיה צלולה
ערב	נוזלים צלולים	שתיה צלולה
3 שעות לפני הבדיקה	צום מוחלט	צום מוחלט
לאחר הבדיקה	ארוחה רגילה (רצוי בהדרגה)	שתיה רגילה