



ΖΟΥΡΙΔΑΚΗΣ Γ. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ MD, MSc

Γαστρεντερολόγος - Ηπατολόγος

Γ. Λαμπράκη 207 (είσοδος Τσιαπάνου 36-38)
τηλ: 2316004000, 6974076487 / email: info@kzouridakis.gr

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: _____

ΗΜΕΡΑ ΕΞΕΤΑΣΗΣ: _____ ΩΡΑ: _____

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΟΛΟΝΟΣΚΟΠΗΣΗΣ

Πρόκειται να υποβληθείτε σε κολονοσκόπηση, μια διαδικασία απαραίτητη για να ανιχνευθούν και να θεραπευτούν διάφορες βλάβες στο έντερο σας. Κατά την εξέταση είναι πάρα πολύ σημαντικό να είναι το έντερό σας καθαρό, ώστε να είναι εφικτή η λεπτομερής εξέταση και να μη χαθούν βλάβες.

Για να πετύχετε ένα καθαρό έντερο πρέπει να συνδυάσετε τις προηγούμενες ημέρες την κατάλληλη δίαιτα με τη λήψη καθαρτικών:

ΔΙΑΙΤΑ

Τέσσερις (4) ημέρες πριν την κολονοσκόπηση επιτρέπονται:

- Άσπρο ψωμί ή φρυγανιές, άσπρο ρύζι, άσπρα ζυμαρικά, πατάτες χωρίς τη φλούδα.
- Καλά μαγειρεμένο μαλακό κρέας, κατά προτίμηση κοτόπουλο χωρίς την πέτσα, ψάρι.
- Αυγά (βραστά ή ομελέτα), κίτρινα ή σκληρά τυριά, βούτυρο, μαργαρίνη, λάδι, ξύδι, μαγιονέζα, ζάχαρη, μέλι, μουστάρδα, αλάτι, πιπέρι.
- Νερό, τσάι, καφές χωρίς γάλα ή κρέμα (ΟΧΙ ελληνικός), χυμός μήλο, λεμόνι.

ΟΤΙΔΗΠΟΤΕ ΔΕΝ ΑΝΑΦΕΡΕΤΑΙ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ ΝΑ ΑΠΟΦΕΥΓΕΤΑΙ

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ

Στις το μεσημέρι την προηγούμενη ημέρα της κολονοσκόπησης, πιείτε 1 μπουκάλι **X-Prep** μέσα σε μισή ώρα με ή χωρίς νερό.

Στη συνέχεια, από τις το απόγευμα εως τα μεσάνυχτα πιείτε σιγά-σιγά (1 νεροπότηρο κάθε 20-30 λεπτά), συνολικά 4 λίτρα από διάλυμα **Effecol Prep** ή **Fortrans**. Το διάλυμα παρασκευάζεται ως εξής:

- 1) Αδειάστε το περιεχόμενο ενός φακελίσκου σε ένα μπουκάλι με 1 λίτρο νερό.
- 2) Ανακινήστε το μπουκάλι μέχρι η σκόνη να διαλυθεί εντελώς και πιείτε το όπως αναφέρεται παραπάνω.
- 3) Επαναλάβετε τη διαδικασία για κάθε 1 από τους 4 φακελίσκους.



ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΟΛΟΝΟΣΚΟΠΗΣΗΣ

Εφόσον έχετε **δυσκοιλιότητα** είναι καλό να πιείτε επιπρόσθετα 2 λίτρα **Effecol Prep** ή **Fortrans** και 2 ημέρες πριν την κολονοσκόπηση.

Επειδή για μερικούς είναι δύσκολη η κατανάλωση αυτών των υγρών, θα βοηθήσει αν είναι ελαφρώς κρύα, με λίγο λεμόνι και να αναροφώνται με καλαμάκι στη βάση του στόματος, ώστε να καταπίνονται γρήγορα.

Μετά την κατανάλωση των καθαρτικών θα αρχίσουν διάρροιες που αρχικά θα έχουν σκούρο χρώμα. Όταν το χρώμα γίνει ελαφρώς κίτρινο, σημαίνει ότι το έντερο καθαρίζει. Στο τέλος της προετοιμασίας οι κενώσεις σας θα πρέπει να είναι διαυγείς (όχι κίτρινες).

Είναι πιθανόν να ερεθιστεί ο πρωκτός από τις διάρροιες, γι' αυτό είναι καλό να έχετε μια κρέμα μωρών για τα συγκάματα και να βάζετε όσες φορές θέλετε.

Την ημέρα της εξέτασης είναι σημαντικό να μην φάτε. Πιείτε μόνο λίγο νερό αν χρειάζεται. Μην πάρετε φάρμακα για το ζάχαρο. Θα ήταν καλό να έχετε μαζί σας συνοδό. Επειδή θα σας χορηγηθεί ήπια νάρκωση, απαγορεύεται να οδηγήσετε για τουλάχιστον 4 ώρες μετά την εξέταση.

Εφόσον υπάρχει λόγος να πάρετε κάποιο παυσίπονο μπορείτε να λάβετε DEPON, PANADOL, LONARID N, LONALGAL χωρίς κανένα πρόβλημα. Τα υπόλοιπα αντιφλεγμονώδη φάρμακα όπως VOLTAREN, MESULID, PONSTAN, ALGOFREN είναι σημαντικό να μην λαμβάνονται για 5 ημέρες πριν την εξέταση.

Επικοινωνήστε μαζί μου για οποιαδήποτε διευκρίνηση.