



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И
УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Как подготовиться к колоноскопии с помощью MiraLAX®

Эта информация поможет вам подготовиться к колоноскопии с помощью polyethylene glycol (MiraLAX®).

О колоноскопии

Колоноскопия — это исследование, которое позволяет врачу осмотреть вашу толстую кишку изнутри. Ваш врач использует колоноскоп, чтобы осмотреть вашу толстую кишку изнутри. Это гибкая трубка с камерой на конце. Изображения будут выводиться на видеомонитор.

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.

Для проведения колоноскопии толстая кишка должна быть пустой. Ваш врач может не увидеть полипы или другие проблемы, если внутри толстой кишки есть кал. В этом случае вам могут назначить повторное проведение процедуры.

Тщательно выполните эти инструкции. Если у вас есть вопросы, обратитесь в офис вашего врача.

За неделю до процедуры Задайте вопросы 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)

Антикоагулянты — это лекарства, которые влияют на свертываемость крови. 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.

Ниже приводятся примеры распространенных лекарств, разжижающих кровь. Существуют и другие, поэтому обязательно сообщите своей лечащей команде обо всех принимаемых вами лекарствах. **Не прекращайте прием лекарства, разжижающего кровь, не посоветовавшись со специалистом вашей лечащей команды.**

- Apixaban (Eliquis®)
- Aspirin
- Celecoxib (Celebrex®)
- Cilostazol (Pletal®)
- Clopidogrel (Plavix®)
- Dabigatran (Pradaxa®)
- Dalteparin (Fragmin®)
- Dipyridamole (Persantine®)
- Edoxaban (Savaysa®)
- Enoxaparin (Lovenox®)
- Fondaparinux (Arixtra®)
- Meloxicam (Mobic®)
- нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП), такие как ibuprofen (Advil®, Motrin®) и naproxen (Aleve®)
- Pentoxifylline (Trental®)
- Prasugrel (Effient®)
- Rivaroxaban (Xarelto®)
- Sulfasalazine (Azulfidine®, Sulfazine®)
- Ticagrelor (Brilinta®)

- Heparin (подкожное введение)
- Tinzaparin (Innohep®)
- Warfarin (Jantoven®, Coumadin®)

Лекарства для лечения диабета

Спросите медицинского сотрудника, который назначил вам лекарство для лечения диабета, что вам нужно сделать за один день до процедуры и утром в день процедуры. Сообщите ему/ей, что вы будете пить не содержащие сахара напитки в рамках нулевой лечебной диеты за один день до проведения процедуры.

Не принимайте следующие лекарства накануне или в день проведения процедуры:

- Metformin (например, Glucophage® или Glumetza®).
- Лекарства, в состав которых входит metformin (например, Janumet®).

Договоритесь с кем-нибудь, чтобы вас отвезли домой

У вас должен быть ответственный сопровождающий, который отвезет вас домой после процедуры.

Ответственный сопровождающий — это человек, который поможет вам безопасно добраться домой.

Этот человек должен иметь возможность связаться с

вашей медицинской бригадой в случае возникновения каких-либо опасений. 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 платные, и вам потребуется обеспечить транспорт. Можно взять такси или арендовать машину, однако в этом случае все равно потребуется, чтобы с вами был ответственный сопровождающий.

Агентства в Нью-Йорке

VNS Health: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

Агентства в Нью-Джерси

Caring People: 877-227-4649

При необходимости возьмите у своего врача справку

Перед процедурой вам может понадобиться получить справку о допуске. Справка о допуске — это документ, в котором сказано, что для вас эта процедура безопасна. Справку о допуске к процедуре необходимо предоставить в офис врача центра MSK

не позднее, чем за 1 день до проведения процедуры.

Автоматический имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (Automatic Implantable Cardioverter-Defibrillator, AICD)

Сообщите врачу центра MSK, если у вас установлено устройство AICD. Вам понадобится справка о допуске от вашего кардиолога (врача по лечению сердца).

Другие симптомы

Вам понадобится справка о допуске от вашего врача, если в течение последних 6 недель у вас были какие-либо из этих симптомов:

- боль в груди;
- появились новые проблемы с дыханием или ухудшились старые;
- предобморочное состояние;

Купите все необходимое

Для подготовки кишечника к операции вам нужно будет купить все необходимое по списку ниже.

- 4 (5 мг) таблетки bisacodyl (Dulcolax®). Обычно они продаются в упаковках по 10 таблеток.
- 1 (238 г) флакон polyethylene glycol (MiraLAX®).
- 64 унции (1,9 л) любой прозрачной жидкости, не красного, не фиолетового и не оранжевого цвета.

Необходимо смешать ее с препаратом MiraLAX. Храните смесь при комнатной температуре.

- Подойдут такие спортивные напитки, как Gatorade® или Powerade®. Спортивные напитки помогут восстановить электролиты, которые вы потеряете при подготовке кишечника.
- Если у вас диабет, убедитесь в том, что прозрачные жидкости не содержат сахара.

Купите дополнительные принадлежности (при необходимости)

Если ваш ответ «да» на один из следующих вопросов, вам может понадобиться приобрести дополнительные принадлежности:

- Склонны ли вы к запорам (затрудненному опорожнению кишечника), или происходит ли опорожнение кишечника реже 3 раз в неделю?
- Принимаете ли вы наркотические препараты (опиоиды)? Если вы не уверены, проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником. Примеры опиоидов:
 - fentanyl (Duragesic®, Subsys®);
 - morphine (DepoDur®, Duramorph®);
 - hydrocodone (Vicodin®);

- oxycodone (Oxycontin®, Percocet®).
- Была ли у вас раньше колоноскопия, к которой вы плохо подготовились (кал оставался в толстой кишке)?

Если вы ответили «да» на любой из этих вопросов, вам необходимо приобрести MiraLAX®. Вы можете купить коробку с 10 пакетиками (17 грамм) или флакон с порошком (119 грамм).

Вам также нужно будет приобрести больше жидкостей для соблюдения полной нулевой диеты. Примеры того, что можно пить, читайте в разделе «За 2 дня до колоноскопии».

За 5 дней до процедуры

Прекратите принимать добавки с содержанием железа

Если вы принимаете добавки с содержанием железа, прекратите их прием за 5 дней до процедуры. Такие добавки могут вызывать изменение цвета стула. Из-за этого врачу может быть сложнее четко увидеть вашу толстую кишку.

За 3 дня до процедуры

Соблюдайте диету с малым содержанием клетчатки

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

- сырые (без термической обработки) 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

За несколько дней до процедуры вам позвонит медсестра/медбрат отделения эндоскопии. Она/он 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 2 дня до процедуры

Продолжайте придерживаться диеты с низким содержанием клетчатки, кроме случаев если:

- вы часто страдаете запорами;
- вы принимаете наркотические обезболивающие препараты;
- в прошлом вам проводили колоноскопию, но ваш кишечник был плохо подготовлен.

Если хоть что-то из вышеперечисленного применимо к вам, прекратите придерживаться диеты с низким содержанием клетчатки и следуйте следующим инструкциям:

- Принимайте 1 пакетик (17 грамм) MiraLAX 3 раза в день. Каждый раз смешивайте 1 дозу с 8 унциями (240 мл) жидкости. Можно принимать по одной дозе на завтрак, обед и ужин.
- Придерживайтесь полной нулевой диеты. Это означает, что вы можете употреблять следующую пищу и напитки:
 - йогурт (без кусочков фруктов);

- фруктовые соки без мякоти;
- газированные напитки;
- бульоны или протёртые супы-пюре без кусочков овощей;
- пищевые добавки;
- мороженое и фруктовый лед (в них не должно быть кусочков фруктов, орехов, помадки или арахисового масла.)

День перед процедурой

Подготовьте средство очистки кишечника MiraLAX

Утром накануне процедуры смешайте все 238 граммов порошка MiraLAX с 64 унциями (1,9 л) прозрачной жидкости комнатной температуры до полного растворения порошка MiraLAX.

Когда MiraLAX растворится, вы можете поставить смесь в холодильник. Это необязательно.

Не разводите MiraLAX раньше, чем утром накануне дня процедуры.

Соблюдайте нулевую лечебную диету

Вам потребуется соблюдать нулевую лечебную диету в день перед процедурой. Нулевая лечебная диета

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

Соблюдая нулевую лечебную диету:

- Не употребляйте твердую пищу.
- Не пейте напитки красного, фиолетового и оранжевого цвета.
- Старайтесь выпивать не менее 1 стакана (объемом 8 унций [240 мл]) жидкости каждый час, когда вы бодрствуете.
- Пейте различные прозрачные жидкости, а не только воду, кофе и чай. Это позволяет получить достаточное количество калорий и играет важную роль в подготовке к колоноскопии.
- 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.

Нулевая лечебная диета		
	Можно	Нельзя
Супы	• Прозрачный бульон, мясной отвар или	• Любые продукты с кусочками сушеной

	консоме	пищи или приправами
Сладости	• Желе, например, Jell-O® • Ароматизированный лед • Леденцы, например, Life Savers®	• Что-либо красного, фиолетового или оранжевого цвета
Напитки	• Прозрачные фруктовые соки, например, из яблок, белой клюквы, белого винограда или лимонад • Газированные напитки, например, 7-Up®, Sprite®, имбирный эль или сельтерская вода • Спортивный напиток Gatorade®. • Черный кофе • Чай • Воду	• Соки с мякотью • Нектары • Молоко или сливки • Алкогольные напитки • Что-либо красного, фиолетового или оранжевого цвета

Запишите время, на которое назначена процедура

Сотрудник/сотрудница отделения позвонит вам после 12:00 за день до процедуры. Вам скажут, в какое

время вы должны 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.

Начните подготовку кишечника к операции

Шаг 1. В 16:00 в день накануне дня процедуры примите 2 таблетки (5 мг) bisacodyl и запейте их стаканом воды.

Шаг 2. В 16:15 начните пить смесь MiraLAX.

1. В **16:15** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
2. В **16:30** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
3. В **16:15** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
4. В **17:00** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.

Всего вы выпьете 4 стакана смеси.

- Когда вы закончите, останется половина смеси MiraLAX. Время, когда вы выпьете вторую половину смеси MiraLAX, будет зависеть от запланированного времени вашего прибытия.

Следуйте инструкциям пункта 3.

- Опорожнение кишечника обычно происходит в течение 1 часа после приема первой дозы, но у некоторых людей оно может происходить и позднее.
 - Не беспокойтесь, если опорожнение кишечника не произошло после приема первой половины MiraLAX. Продолжайте пить жидкости и приступайте к приему второй половины MiraLAX в соответствии с инструкциями.
- Наносите вазелин (Vaseline®) или мазь A & D® на кожу вокруг анального отверстия после каждого опорожнения кишечника. Это позволит предотвратить раздражение.
- Продолжайте пить прозрачные жидкости, чтобы избежать обезвоживания и промыть толстую кишку.

Шаг 3 (если вам сказали приехать на процедуру раньше 11:00):

Если вам сказали приехать на процедуру раньше 11:00, выполните эти инструкции вечером накануне дня процедуры:

В 11:00 примите 2 таблетки bisacodyl и запейте их

стаканом воды. После этого начните принимать вторую половину смеси MiraLAX.

1. В **23:15** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
2. В **23:30** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
3. В **23:45** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
4. В **00:00 (полночь)** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.

Обязательно выпейте всю смесь MiraLAX.

- Вы можете продолжать пить прозрачные жидкости, пока до запланированного времени прибытия на процедуру не останется 4 часа.
- Не принимайте никакой пищи до окончания процедуры.

День проведения процедуры

Шаг 3 (если вам сказали приехать на процедуру в 11:00 или позднее):

Если вам сказали приехать на процедуру в 11:00 или позднее, выполните эти инструкции утром в день процедуры:

В **06:00** примите 2 таблетки bisacodyl и запейте их стаканом воды. После этого начните принимать

вторую половину смеси MiraLAX.

1. В **06:15** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
2. В **06:30** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
3. В **06:45** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.
4. В **07:00** выпейте 1 стакан (8 унций [240 мл]) смеси.

Обязательно выпейте всю смесь MiraLAX.

- Вы можете продолжать пить прозрачные жидкости, пока до запланированного времени прибытия на процедуру не останется 4 часа.
- Не принимайте никакой пищи до окончания процедуры.

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 или пудру на кожу грудной клетки и рук.
- Снимите все ювелирные украшения, включая пирсинг на теле.
- Оставьте все ценные вещи, такие как кредитные карты и ювелирные украшения, дома. У нас нет

камер хранения для ценных вещей.

- Если вы носите контактные линзы, снимите их и наденьте очки.

Что взять с собой

- Карточку-памятку, если у вас установлен AICD и ваша карта еще не хранится в больнице.
- Ингалятор для экстренной помощи (например, albuterol от астмы), если вы им пользуетесь.
- Футляр для очков или зубных протезов, если вы их носите.
- Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи, если вы его заполняли.

Куда идти

Процедура будет проходить по одному из указанных ниже адресов:

Отделение эндоскопии в Memorial Hospital (основная больница центра MSK)

1275 York Avenue (между East 67th и East 68th Streets)
New York, NY 10065

Поднимитесь на лифте В на 2-й этаж. Поверните направо и войдите через стеклянные двери в хирургический и процедурный центр (Surgery and Procedural Center).

Гараж MSK находится на East 66th Street между York Avenue и 1st Avenue. О ценах на парковку можно узнать по номеру телефона 212-639-2338.

Центр Дэвида Х. Коха

530 East 74th St.

New York, NY 10021

Поднимитесь на лифте на 8-й этаж.

В центре Дэвида Х. Коха по лечению и профилактике рака (David H. Koch Center for Cancer Care) можно воспользоваться платными услугами парковщика.

MSK Monmouth

480 Red Hill Road

Middletown, NJ 07748

В MSK Monmouth доступна бесплатная парковка.

Чего стоит ожидать

Различные сотрудники центра попросят вас назвать и продиктовать по буквам ваше имя и дату рождения. Это необходимо для вашей безопасности. Возможно, люди с похожим или точно таким же именем проходят процедуру в тот же день.

Когда наступит время переодеться перед процедурой, вам выдадут больничную рубашку, халат и нескользящие носки.

Вы встретитесь со своим врачом перед процедурой. Он(-а) расскажет вам о процедуре и ответит на любые ваши вопросы.

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

Сотрудник клиники доставит вас в процедурный кабинет, когда придет время процедуры колоноскопии. Вы ляжете на левый бок, согнув ноги в коленях.

Медицинский сотрудник поставит вам капельницу внутривенного (в/в) введения на одну из вен, обычно в области кисти или на сгибе руки. Вы получите анестезию через в/в капельницу и заснете. Когда вы заснете, врач начнет процедуру.

Врач введет эндоскоп в прямую кишку. Эндоскоп подключен к видеомонитору. Это позволяет врачу видеть внутреннюю поверхность вашей толстой кишки. С помощью воздуха и жидкости врач будет перемещать эндоскоп по толстой кишке и осматривать ее на видеомониторе на наличие любых необычных образований.

Процедура обычно занимает менее 60 минут (1 часа).

Часто задаваемые вопросы

Я принимаю смесь для подготовки кишечника, и мой стул уже стал жидким и водянистым, а смесь еще не закончилась. Нужно ли продолжать пить оставшуюся часть смеси?

Да. Вы должны выпить всю смесь для полной очистки толстой кишки, чтобы процедура была безопасной и дала исчерпывающие результаты.

После приема смеси для подготовки кишечника у меня возникло ощущение подступающей рвоты (тошнота) или случился приступ рвоты. Что мне следует делать?

Смесь для подготовки кишечника у многих может вызывать тошноту. Чтобы справиться с этой проблемой, попробуйте смешивать порошок MiraLAX с прозрачными жидкостями, которые вы любите пить.

Если вы чувствуете подступающую рвоту, пейте медленно и делайте перерывы. Это означает, что вам не следует пить жидкость в течение 30–45 минут, чтобы желудок освободился. На время перерыва поставьте жидкость для подготовки кишечника в

холодильник, если вы хотите ее охладить. После перерыва снова попробуйте медленно пить смесь. Воспользуйтесь соломинкой, если она у вас есть.

Если все же возникла рвота, прервитесь на 30–45 минут. Если дома есть лекарство от тошноты, можете принять 1 дозу, прежде чем возобновить прием смеси. Чтобы не допустить обезвоживания, можете пить любые прозрачные жидкости, которые вам нравятся. Очень важно выпить всю смесь для полной очистки толстой кишки, чтобы процедура была безопасной и дала исчерпывающие результаты.

После процедуры

Медсестра/медбрат продолжит следить за вашим сердцебиением, дыханием и кровяным давлением. Многие люди ощущают вздутие и желудочные колики после колоноскопии. 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

- Вы можете начать принимать легкую пищу сразу после выписки. В первое время воздержитесь от острой, жирной и жареной пищи. Постепенно возвращайтесь к обычному питанию. Если врачу потребуется ограничить ваш рацион на некоторое время, он сообщит вам об этом.
- 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. Обычно выделяется не более нескольких капель крови. Кровотечение должно прекратиться в течение 24 часов 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 в желудке или вздутие живота;
- 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.

Если у вас появились вопросы, свяжитесь непосредственно с сотрудником вашей медицинской бригады. Если вы являетесь пациентом центра MSK, и вам нужно обратиться к медицинскому сотруднику после 17:00а также в выходные и праздничные дни, звоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

How to Prepare for Your Colonoscopy Using MiraLAX® - Last updated on July 17, 2023

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center