



ΙΩΑΝΝΗΣ Δ. ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ

ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΟΛΟΓΟΣ - ΗΠΑΤΟΛΟΓΟΣ

Απόφοιτος Ιατρικής Σχολής
Πανεπιστημίου Αθηνών

ΜΕΤΕΚΠΑΙΔΕΥΘΕΙΣ ΣΤΗ ΓΕΡΜΑΝΙΑ
(Klinikum Herford - Ακαδημαϊκό Νοσοκομείο
Πανεπιστημίου Ανόβερου)

ΣΥΝΕΡΓΑΤΗΣ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΑΘΗΝΩΝ - ΚΛΙΝΙΚΗ ΨΥΧΙΚΟΥ

ΙΑΤΡΕΙΟ: Ικαρίας 9 Τ/Φ: 210 80 35 613
Τ.Κ.: 151 27 Μελίσσια Κ: 6973 674 738
(πλησίον Σισμανόγλειου Ε: ipapad@gastrodoc.gr
Νοσοκομείου) <http://www.gastrodoc.gr>

Δέχεται με ραντεβού

1. Γενικές οδηγίες προετοιμασίας για κολονοσκόπηση

- **Ενημερώστε τον ιατρό για όλα τα φάρμακα που λαμβάνετε** (π.χ. ασπιρίνη, αντιπηκτικά, σίδηρο, αντιφλεγμονώδη, ινσουλίνη ή αντιδιαβητικά δισκία, κλπ.) καθώς και για το **ιστορικό** σας (π.χ. αλλεργία σε φάρμακα, σακχαρώδη διαβήτη, χρόνια δυσκοιλιότητα, παθήσεις νεφρών, καρδιάς, πνευμόνων, κλπ.).
- **ΔΥΟ ΗΜΕΡΕΣ ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΞΕΤΑΣΗ:**

Αποφύγετε τη λήψη φυτικών ινών, π.χ. δημητριακών All-Bran και γενικά προϊόντων ολικής αλέσεως, οσπρίων, ξηρών καρπών, γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων, φρούτων με φλούδες ή σπόρους, λαχανικών/ χορταρικών και σαλτσών. **Επιτρέπεται** π.χ. το βραστό ή ψητό κρέας, το κοτόπουλο, το ψάρι, τα μπιφτέκια, το βραστό αυγό, τα μακαρόνια με τυρί, το ρύζι.
- **ΤΗΝ ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ:**
 - **Πρωί:** Μπορείτε να πάρετε κανονικά **πρωινό** (προσοχή στο να αποφύγετε τις τροφές που αναφέρονται προηγουμένως).
 - **Μεσημέρι (1-2 μ.μ.):** Μπορείτε να φάτε σούπα φιδέ, ζωμό κρέατος, φρυγανιές.
 - **Από το απόγευμα (ώρα 6 μ.μ.) και μετά θα ξεκινήσετε την προετοιμασία με το καθαρτικό. Από τη στιγμή αυτή απαγορεύεται να φάτε ο,τιδήποτε στερεό. Επιτρέπονται μόνον ΔΙΑΥΓΗ ΥΓΡΑ, π.χ. σουρωμένη σούπα, ζελέ (χωρίς κομματάκια φρούτου), νερό, χαμομήλι, τσάι, καφές χωρίς γάλα, έτοιμοι χυμοί του εμπορίου, για παράδειγμα προτιμήστε το χυμό μήλου ή σταφυλιού ή τα αναψυκτικά χωρίς ανθρακικό (όχι όμως φυσικοί χυμοί και όχι χυμοί με βυσσινί χρώμα, π.χ. χυμοί με φράουλα, κεράσι ή βατόμουρο)**
 - Σε περίπτωση που εμφανίσετε ναυτία ή έμετο σταματήστε για λίγο τη λήψη του καθαρτικού, π.χ. για μία ώρα, και μετά συνεχίστε από εκεί που σταματήσατε. Σε περίπτωση ήπιων πόνων στην κοιλιά μπορείτε να λάβετε παρακεταμόλη, π.χ. δισκία Deron, αλλά εαν οι πόνοι είναι πολύ ισχυροί ή / και συνοδεύονται με εμετό θα πρέπει να επικοινωνήσετε με τον ιατρό.
 - Κριτήριο αποτελεσματικής προετοιμασίας είναι η **έξοδος υγρού σαν καθαρό νερό**, χωρίς παρουσία οποιουδήποτε υπολείμματος κοπράνων.
- **ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ:** **Απαγορεύεται να φάτε ο,τιδήποτε.** Υγρά μπορείτε να συνεχίσετε να πίνετε (νερό, τσάι, χαμομήλι, αναψυκτικά χωρίς ανθρακικό) μέχρι 3 ώρες πριν από την εξέταση. **Η λήψη του καθαρτικού πρέπει να ολοκληρωθεί 3 ώρες πριν από την εξέταση.**
- **ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΞΕΤΑΣΗ:** Θα πρέπει να σας παραλάβει κάποιος δικός σας. Την ημέρα εκείνη **δεν επιτρέπεται να οδηγήσετε ή να λάβετε σημαντικές αποφάσεις**, διότι θα είναι επηρεασμένα τα αντανακλαστικά σας και η κριτική σας ικανότητα.

2. Προετοιμασία με Klean - Prep

Ακολουθήστε πρώτα απ' όλα τις γενικές οδηγίες που αναφέρονται πιο πάνω. Από το φαρμακείο θα πρέπει να προμηθευτείτε το σκεύασμα « **Klean – Prep**».

Η συσκευασία περιέχει **τέσσερις φακελίσκους** που περιέχουν το φάρμακο σε σκόνη.

Το περιεχόμενο κάθε φακελίσκου διαλύεται σε **1 λίτρο νερό**. Προκειμένου να είναι καλύτερα ανεκτό και πιο εύγευστο το διάλυμα μπορείτε να το πιείτε δροσερό (με τοποθέτηση στο ψυγείο) ή να το αναμίξετε με έτοιμο χυμό του εμπορίου ή ice-tea (**ΟΧΙ όμως φυσικό χυμό**).

Όταν η εξέτασή σας είναι προγραμματισμένη για το επόμενο πρωί: την παραμονή της εξέτασης στις **6 μ.μ.** ξεκινάτε την προετοιμασία διαλύοντας τον πρώτο φακελίσκο σε **1 λίτρο νερό** (μπορείτε να αδειάσετε το περιεχόμενο σε μια φιάλη με πώμα, προκειμένου να ανακινήσετε το διάλυμα για να διαλυθεί τελείως η σκόνη) . Όλος ο όγκος του διαλύματος ,δηλαδή τα 4 λίτρα, θα πρέπει να καταναλωθούν εντός περίπου 4-6 ωρών ή με **ρυθμό ένα ποτήρι (περίπου 250 ml) ανά 15-20 λεπτά**.

Όταν η εξέτασή σας είναι προγραμματισμένη για το απόγευμα της επόμενης ημέρας: την παραμονή της εξέτασης το απόγευμα από τις 5 μ.μ. έως τις 8 μ.μ λαμβάνετε τους δύο φακελίσκους Klean-Prep και την επομένη το πρωί τους άλλους δύο φακελίσκους. Η λήψη θα πρέπει να ολοκληρωθεί περίπου **3 ώρες πριν από την εξέταση**.

Κριτήριο αποτελεσματικής προετοιμασίας του εντέρου είναι η **παρουσία κενώσεων σαν καθαρό νερό**, χωρίς καθόλου παρουσία υπολειμμάτων.

Είναι πολύ σημαντικό να πιείτε και τα 4 λίτρα του διαλύματος, προκειμένου να γίνει σωστά η προετοιμασία του εντέρου, που είναι απαραίτητη προϋπόθεση για να υπάρχει καθαρή εικόνα του εντέρου κατά την εξέταση. Η παρουσία κοπράνων, σχηματισμένων ή ασχημάτιστων, μέσα στο παχύ έντερο, τα οποία μάλιστα πολλές φορές κολλάνε στο τοίχωμα και δεν γίνεται να αναρροφηθούν, ελαττώνει κατά πολύ τη διαγνωστική αξία της κολονοσκόπησης και οδηγεί στο να «χάνονται» πολλές φορές ευρήματα, όπως π.χ. μικροί πολύποδες που είναι κρυμμένοι μέσα στο κοπρανώδες περιεχόμενο.

Η λήψη του καθαρτικού πρέπει να ολοκληρωθεί 3 ώρες πριν από την εξέταση.

3. Προετοιμασία με Fortrans

Ακολουθήστε αρχικά τις γενικές οδηγίες που αναφέρονται πιο πάνω.

Εάν η εξέταση είναι προγραμματισμένη για το επόμενο **πρωί**, τότε την παραμονή της εξέτασης στις **6 μ.μ.** διαλύετε **1 φακελίσκο σε 1 λίτρο νερό** και πίνετε το διάλυμα με ρυθμό περίπου ένα ποτήρι κάθε 15-20 λεπτά. Συνεχίζετε την ίδια διαδικασία και με τους υπόλοιπους φακελίσκους (σύνολο 4 φακελίσκοι). Η διαδικασία πρέπει να ολοκληρωθεί μέσα σε 6 ώρες.

Σε περίπτωση που η εξέταση είναι προγραμματισμένη για το **απόγευμα**, τότε λαμβάνετε τους 2 φακελίσκους (διαλυμένους σε 2 λίτρα νερό) το απόγευμα της προηγούμενης ημέρας στις 5 μ.μ. με ρυθμό 1 ποτήρι νερού κάθε 15-20 λεπτά. Το επόμενο πρωί, δηλαδή το πρωί της ημέρας της εξέτασης, επαναλάβετε την ίδια διαδικασία με τους υπόλοιπους 2 φακελίσκους.

Υγρά μπορείτε να συνεχίσετε να πίνετε ενδιάμεσα (νερό, τσάι, χαμομήλι, αναψυκτικά χωρίς ανθρακικό).

Η λήψη του καθαρικού πρέπει να ολοκληρωθεί 3 ώρες πριν από την εξέταση.

4. Προετοιμασία με άλλα καθαρικά (Eziclen, Citrafleet)

Σε περίπτωση προετοιμασίας με άλλα καθαρικά (Eziclen, Citrafleet), που απαιτούν συνολικά λήψη μικρότερου όγκου υγρών, επικοινωνήστε με τον ιατρό, ο οποίος θα σας συμβουλευτεί για το αν είναι κατάλληλα για την περίπτωσή σας. Εάν κριθεί ότι μπορείτε να λάβετε αυτήν την προετοιμασία θα σας δοθούν οδηγίες για την ώρα και τον τρόπο λήψης των σκευασμάτων.