

التحضير لإجراء تنظيف القولون باستخدام مستحضري GATORADE و MIRALAX

اشترِ المستلزمات الآتية من أجل المستحضر القياسي عن طريق الموقع الإلكتروني www.mngi.com ثم اضغط على **Purchase Prep Kit** (شراء مجموعة المستحضرات) قبل ثلاثة أسابيع من موعد إجراء التنظيف. لا تتضمن مجموعة المستحضرات مشروب Gatorade، لذا يجب شراؤه بشكل منفصل من أحد متاجر البقالة المحلية.

علبتان من أقراص Bisacodyl

Dulcolax® laxative وليس Dulcolax® stool softener) كل قرص يحتوي على 5 ملغ من bisacodyl

زجاجة 8.3 أونصات من مسحوق البولي إيثيلين جليكول (Polyethylene Glycol, PEG) 3350 (MiraLAX أو SmoothLAX أو ClearLAX أو مكافئ عام)

64 أونصة® Gatorade® / Powerade® (دون نكهات حمراء اللون)

Gatorade® عادي و Gatorade G2® و Powerade® و Powerade Zero® و Pedialyte® و Propel® والسائل الوريدي وغيرها من المشروبات المنحلة بالكهرباء مقبولة. النكهات الحمراء غير مسموح بها؛ جميع الألوان الأخرى (الأصفر والأخضر والبرتقالي والأرجواني والأزرق) مقبولة. لا بأس أيضًا في شراء عبوتين بحجم 2.12 أونصة من مسحوق Gatorade الذي يمكن مزجه بالماء ليصل إجمالي حجمه إلى 64 أونصة من السائل.

زجاجة سترات المغنيسيوم (Magnesium Citrate) بحجم 10 - 1 أونصة (دون نكهات حمراء اللون) لا بأس أيضًا في استخدام عبوة 0.5 أونصة من مسحوق سترات المغنيسيوم (17 جرامًا) ممزوجة بحوالي 10 أونصات من الماء.

80 ملغ أو 125 ملغ أقراص أو أقراص قابلة للمضغ أو كبسولات هلامية Simethicone

- يتوفر Simethicone بدون وصفة طبية في مجموعة متنوعة من الأشكال والجرعات. تعتبر الكبسولات والأقراص القابلة للمضغ والسوائل من الأشكال المقبولة.
- إذا كنت تخطط لشراء أقراص 125 ملغ، فاشتر كمية كافية من Simethicone لتناول 4 أقراص.
- إذا كنت تخطط لشراء أقراص 80 ملغ، فاشتر كمية كافية لتناول 6 أقراص.

التحضير لتنظيف القولون. - من أجل سلامتك، يُرجى التوقف عن تناول أي سائل أو أي شيء عن طريق الفم قبل 3 ساعات من إجراء التنظيف وإلا فسيتم إلغاء التنظيف وتغيير مواعده. يرجى اتباع التعليمات المفصلة أدناه.

إلغاء موعدك أو تغييره:

إذا كنت تعاني من أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا (مثل الحمى والسعال وضيق التنفس) في غضون 14 يومًا من موعدك، فيُرجى الاتصال بمكتبنا لتغيير الموعد. إذا كنت تعاني من أي حالة طبية جرى تشخيصك بها حديثًا (مثل التهاب الرئج أو مشاكل في القلب أو مشاكل في التنفس)، يرجى الاتصال بمكتبنا. إذا كنت بحاجة إلى إلغاء موعدك أو تغييره لأي سبب آخر، يرجى الاتصال بالرقم 612-871-1145 قبل 72 ساعة على الأقل من موعدك.

الشخص المسؤول:

يرجى ملاحظة أنه على الشخص المسؤول عنك تسجيل الوصول معك في يوم إجراء الفحص المخصص لك، والعودة معك بعد تسجيل خروجك، وإيصالك إلى المنزل بعد الانتهاء من إجراء الفحص، ومساعدتك في تلقي رعاية المتابعة. سيستغرق هذا الإجراء حوالي ساعتين بدءًا من تسجيل الوصول حتى تسجيل الخروج. لن يكون بإمكانك قيادة السيارة أو تشغيل الآلات أو الذهاب إلى العمل حتى اليوم التالي. قد يؤدي عدم إحضار شخص مسؤول معك إلى تغيير موعدك.

قد يعاني بعض المرضى من فقدان ذاكرة مؤقت بعد إجراء الفحص نتيجة الاستعانة بالرعاية التخديرية الخاضعة للمراقبة. قد ترغب في حضور شخص مسؤول في أثناء عملية تسجيل خروجك، وذلك لتدوين الملاحظات بالنيابة عنك وطرح الأسئلة المتعلقة برعاية المتابعة الخاصة بك.

إذا كان المريض قاصرًا أو بحاجة إلى وصي قانوني، فإنه يجب حضور الوصي القانوني لتسجيل وصول المريض في يوم إجراء الفحص. في حال لم يتمكن الوصي القانوني من الحضور عند مرحلة تسجيل الوصول، فإنه يجب أن يكون متاحًا عبر الهاتف طوال مدة إجراء الفحص وعند تسجيل خروج المريض.

قبل 7 أيام:

- توقف عن تناول مكملات الألياف والأدوية التي تحتوي على الحديد. يشمل ذلك الفيتامينات المتعددة التي تحتوي على الحديد والميناموسيل (Metamucil) وفايبركون (Fibercon).

قبل 3 أيام:

- ابدأ نظامًا غذائيًا منخفض الألياف. يساعد اتباع نظام غذائي منخفض الألياف على جعل التنظيف أكثر فاعلية.
 - تشمل أمثلة النظام الغذائي المنخفض الألياف (على سبيل المثال لا الحصر): الخبز الأبيض والأرز الأبيض والمعكرونة والمقرمشات والأسماك والدجاج والبيض واللحم البقري المفروم وزبدة الفول السوداني الدسمة والخضروات المطبوخة أو المسلوقة والفواكه المعلبة والموز والبطيخ والحليب والزبادي العادي والجبن وتتبيلة السلطة والتوابل الأخرى.
- إذا كنت تتبع نظامًا غذائيًا خاليًا من الغلوتين، فابحث عن العناصر التي تحتوي على أقل من 2 غرام من الألياف لكل وجبة، بما في ذلك الخبز والمعكرونة والوافل والفتائر المحلاة والحبوب الباردة وكعك الأرز ومقرمشات الأرز وكريمة الأرز.
- لا يُسمح بالآتي في النظام الغذائي المنخفض الألياف: البذور والمكسرات والفسار والنخالة والقمح الكامل والذرة والكينوا والفواكه والخضروات النيئة والتوت والفواكه المجففة والفاصوليا والعدس.

لمزيد من التفاصيل حول اتباع نظام غذائي منخفض الألياف، يُرجى الاطلاع على www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet

قبل يومين:

- استمر في اتباع نظام غذائي منخفض الألياف.
- اشرب ما لا يقل عن 8 أكواب من الماء طوال اليوم.
- توقف عن تناول الأطعمة الصلبة عند الساعة **11:45 مساءً**.

قبل يوم واحد:

- ابدأ نظامًا غذائيًا بسوائل شفافة (تشمل السوائل الشفافة السوائل التي يمكنك الرؤية من خلالها).
 - تشمل أمثلة النظام الغذائي ذي السوائل الشفافة: الماء أو الحساء أو المرق الشفاف (تتوفر خيارات خالية من الغلوتين)، أو مشروب الطاقة غاتوريد (Gatorade) أو محلول بيديالايت (Pedialyte) أو مشروب باوريد (Powerade)، والمشروبات الغازية وغير الغازية (Sprite أو 7-Up أو Gingerale)، وعصائر الفاكهة المصفاة من دون لب (تفاح أو عنب أبيض أو توت بري أبيض)، والجيلي ومصاصات الثلجات، وما يصل إلى كوب واحد من القهوة السادة أو الشاي (من دون حليب أو قشدة) كل يوم.
- لا يُسمح بالآتي في النظام الغذائي ذي السوائل الشفافة: السوائل الحمراء اللون والمشروبات الكحولية ومنتجات الألبان ومخفوق البروتين وحساء الكريمة والعصير مع اللب والمنتجات التي تحتوي على الزيوت ومضغ التبغ.

◦ لمزيد من التفاصيل حول اتباع نظام غذائي من السوائل الشفافة، يرجى الاطلاع على الرابط
<https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet>

● **وقت الظهر:** تناول قرصين من أقراص Bisacodyl (Dulcolax)

● **بين الساعة 4 إلى 6 مساءً:** اشرب مستحضر Miralax – مشروب Gatorade/Powerade

- امزج زجاجة واحدة من مستحضر Miralax مع سائل كميته 64 أونصة (يتعين استخدام ما لا يقل عن 56 أونصة من المشروب بالمنحل بالإلكتروليت لمزج مستحضر Miralax ويمكن إضافة كمية تصل إلى 8 أونصات من الماء للوصول إلى الكمية المطلوبة البالغ قدرها 64 أونصة)
- اشرب كوبًا سعته من 1 إلى 8 أونصات من محلول Miralax/الإلكتروليت.
- استمر في شرب كوب من 1 إلى 8 أونصات كل 15 دقيقة بعد ذلك حتى يختفي الخليط.
- مع الكوب الأخيرة من محلول Miralax – Gatorade: تناول 400-500 ملغ من Simethicone.

Simethicone 80 ملغ أو 125 ملغ أقراص أو أقراص قابلة للمضغ أو كبسولات هلامية

- يتوفر Simethicone بدون وصفة طبية في مجموعة متنوعة من الأشكال والجرعات. تعتبر الكبسولات والأقراص القابلة للمضغ والسوائل من الأشكال المقبولة.
- إذا كنت تخطط لشراء أقراص 125 ملغ، فاشتر كمية كافية من Simethicone لتناول 4 أقراص.
- إذا كنت تخطط لشراء أقراص 80 ملغ، فاشتر كمية كافية لتناول 6 أقراص.

نصائح لتطهير القولون: اشرب كميات كافية من السوائل قبل تطهير القولون وبعده لمنع الجفاف. ابقَ بالقرب من المراض لأنك ستصاب بالإسهال. استمر في شرب محلول التنظيف كل 15 دقيقة حتى لو كنت جالسًا على المراض. إذا شعرت بالغثيان أو القيء، فمضغ فمك بالماء وخذ استراحة لمدة 15 إلى 30 دقيقة ثم استمر في شرب المحلول. ستشعر بعدم الراحة حتى يخرج البراز من القولون (في غضون ساعتين إلى 4 ساعات). قد تشعر بالبرودة.

يوم الإجراء:

يمكنك تناول جميع الأدوية الصباحية، بما في ذلك أدوية ضغط الدم ومميعات الدم (إذا لم تكن قد تلقيت تعليمات بإيقاف هذه الأدوية من قبل مكتبنا) والميثادون (methadone) والأدوية المضادة للتشنج مع رشقات من الماء قبل 3 ساعات من إجراء التنظير أو قبل ذلك. لا تتناول أي فيتامينات أو مكملات غذائية يمكن مضغها. إذا كنت مصابًا بداء السكري، يرجى الاتصال بمقدم المراقبة الخاص بك لمزيد من التوجيهات بشأن الإنسولين و/أو إدارة نسبة السكر في الدم.

استمر في اتباع النظام الغذائي ذي السوائل الشفافة حتى 3 ساعات قبل إجراء الفحص ثم توقف عن الشرب. على سبيل التذكير، استمر في تجنب السوائل الحمراء اللون والمشروبات الكحولية ومنتجات الألبان ومخفوق البروتين وحساء الكريمة والعصير مع اللب والمنتجات التي تحتوي على الزيوت ومضغ التبغ والمواد المخدرة غير المشروعة. سيؤدي استخدام هذه العناصر إلى إلغاء إجراء الفحص الخاص بك.

● **قبل 4 ساعات من وقت الإجراء (مثال: الساعة 3:30 صباحًا لإجراء الساعة 7:30 صباحًا)**
◦ اشرب 10 أونصات من سترات المغنيسيوم (magnesium citrate).

● **قبل 3 ساعات من وقت الإجراء: (مثال: الساعة 4:30 صباحًا لإجراء الساعة 7:30 صباحًا)**

- توقف عن تناول جميع السوائل.
- لا تتناول أي شيء عن طريق الفم خلال هذا الوقت.
- يُنصح باتاحة وقت إضافي وأنت في طريقك إلى إجراء الفحص لأنك قد تحتاج إلى التوقف واستخدام دورة مياه.

تصبح مستعدًا لإجراء الفحص إذا اتبعت جميع التعليمات ولم يعد هناك براز ولكنه سائل شفاف أو أصفر. إذا لم تكن متأكدًا إذا كان قولونك نظيفًا أم لا، يرجى الاتصال بمكتبنا على الرقم 612-871-1145 قبل المغادرة لموعدك.

وصف تنظير القولون

ما هو تنظير القولون؟

يُعد تنظير القولون الاختبار الأكثر دقة للكشف عن سلائل القولون وسرطان القولون، وهو الاختبار الوحيد الذي يمكن فيه استئصال السلائل. خلال هذا الإجراء، يفحص الطبيب بطانة الأمعاء الغليظة والمستقيم من خلال أنبوب مرن يُسمى منظار القولون. يتم إدخال منظار القولون في فتحة الشرج ويتقدم ببطء عبر القولون.

للحصول على أفضل النتائج، سيُشرب المريض مستحضرًا لتنظيف الأمعاء للمساعدة في تنظيف القولون. حتى إذا كان برازك شفافًا، فمن المهم أن تتناول كل تحضيرات القولون حسب التوجيهات لأن جسمك يصنع سوائل دائمةً ويمكن أن تختبئ السلائل الصغيرة خلف هذا السائل.

ماذا يحدث في أثناء تنظير القولون؟

خطّط لقضاء ما يصل إلى ساعتين في مركز التنظير يوم تنظير القولون. يستغرق الإجراء نفسه من 20 إلى 40 دقيقة تقريبًا لإكماله.

قبل الإجراء:

سيراجع فريق الرعاية الصحية الخاص بك تاريخك الطبي معك، بما في ذلك ممرض وطبيب أمراض الجهاز الهضمي وطبيب التخدير وسيتم وضع أنبوب حقن وريدي.

في أثناء الإجراء:

في أثناء الإجراء، سيعطيك مقدم التخدير الأدوية ويراقب العلامات الحيوية وهي عملية تعرف باسم رعاية التخدير الخاضعة للمراقبة (Monitored Anesthesia Care, MAC). في حين أن معظم المرضى ينامون خلال هذا الإجراء، يبقى البعض مستيقظين وواعين. سيساعد طبيب التخدير و/أو ممرض التخدير المسجل المعتمد (Certified Registered Nurse Anesthetist, CRNA) في تحديد نوع الدواء المناسب لاستخدامه في أثناء الإجراء للحفاظ على سلامتك وراحتك. إذا تم العثور على أنسجة أو سلائل غريبة، فيجوز للطبيب إزالتها خلال منظار القولون لفحصها عن كثب أو أخذ خزعة.

ماذا يحدث بعد الإجراء؟

سيحدث الطبيب معك حول النتائج الأولية للإجراء وسيعد تقريرًا كاملاً لمقدم الرعاية الصحية الذي أحالك إلى تنظير القولون. قد تعاني من بعض التقلصات أو الانتفاخ بعد الإجراء وهو أمر طبيعي ويجب أن يختفي بسرعة عن طريق إخراج الغازات. سيتم إرسال أي عينات من الأنسجة أو السلائل التي تم استئصالها خلال الإجراء إلى المختبر لتقييمها. قد يستغرق الأمر من 5 إلى 7 أيام عمل حتى يتم إبلاغك بالنتائج عبر البريد أو من خلال بوابة المريض.

يمكنك استئناف معظم أنشطتك المعتادة في اليوم التالي للإجراء. ومع ذلك، ستمنعك الأدوية التي تُعطى خلال الإجراء من القيادة لبقية اليوم. يُنصح أيضًا بتجنب السفر جواً لمدة 24 ساعة بعد الإجراء. يمكنك استئناف نظامك الغذائي المعتاد، لكن يجب تجنب الكحول حتى اليوم التالي بعد الإجراء.

هل هناك مضاعفات محتملة من تنظير القولون؟

على الرغم من ندرة المضاعفات الخطيرة، فإن أي إجراء طبي ينطوي على مخاطر محتملة. تشمل المخاطر الناجمة عن الإجراء انتقاباً أو تمزقاً في بطانة القولون ونزيفاً من موقع أخذ الخزعة ورد فعل تجاه الأدوية ومشاكل في القلب والرئتين وإصابات في الأسنان أو العينين.