

COLONOSCOPIA CON LA PREPARACIÓN DE MIRALAX Y GATORADE

Compre los siguientes suministros para la **PREPARACIÓN ESTÁNDAR** en www.mngi.com y haga clic en “Purchase Prep Kit” (Comprar kit de preparación) tres semanas antes del procedimiento. El Gatorade no está incluido en el kit de preparación, debe comprarlo por separado en una tienda de comestibles local.

2 tabletas de Bisacodyl

(Dulcolax® laxative NO Dulcolax® stool softener) cada tableta contiene 5 mg de bisacodyl.

1 botella de 8.3 onzas de Polyethylene Glycol (PEG) 3350 en polvo

(MiraLAX, SmoothLAX, ClearLAX o el equivalente genérico)

64 oz de Gatorade®/Powerade® (no deben ser sabores de color rojo)

Se aceptan Gatorade® regular, Gatorade G2®, Powerade®, Powerade Zero®, Pedialyte o Propel®, Liquid IV y otras bebidas con electrolitos. No se permiten los sabores de color rojo; todos los demás colores (amarillo, verde, naranja, morado, azul) están bien. También está bien comprar dos paquetes de 2.12 oz de Gatorade en polvo que se pueden mezclar con agua hasta un volumen total de 64 oz de líquido.

1 botella de citrato de magnesio de 10 oz (no deben ser sabores de color rojo)

También puede utilizar un paquete de 0.5 onzas de citrato de magnesio en polvo (17 gramos) mezclado con 10 onzas de agua.

Simeticona en tabletas, masticables o cápsulas blandas de 80 mg o 125 mg

- La simeticona está disponible sin receta en una variedad de formas y dosis. Las cápsulas, las tabletas masticables y el líquido son formas aceptables.
- Si compra tabletas de 125 mg, compre suficiente simeticona para tomar 4 tabletas.
- Si compra tabletas de 80 mg, compre suficiente para tomar 6 tabletas.

PREPARACIÓN PARA LA COLONOSCOPIA - Para su seguridad, **SUSPENDA** el consumo de todo tipo de líquidos y cualquier producto por vía oral 3 horas antes de su procedimiento; de lo contrario, este se cancelará y se deberá reprogramar. Siga las instrucciones que se dan abajo.

Cancelar o reprogramar su cita:

Si tiene síntomas de gripe, (como fiebre, tos, falta de aire) en un plazo de 14 días antes de su cita, llame para reprogramar. Si tiene una condición médica que le diagnosticaron recientemente (como diverticulitis, problemas cardíacos, problemas respiratorios, etc.), llame a nuestro consultorio. Si necesita cancelar o reprogramar por algún otro motivo, llame al 612-871-1145, por lo menos 72 horas antes de su cita.

Persona responsable:

Recuerde que una persona responsable debe registrarse con usted el día del procedimiento, acompañarlo después del alta, llevarlo a casa después del procedimiento y ayudarlo con la atención de seguimiento. Esto toma aproximadamente 2 horas desde el registro hasta el alta. No podrá conducir un auto, operar maquinaria ni ir a trabajar hasta el día siguiente. Que no venga una persona responsable con usted puede tener como consecuencia la reprogramación de la cita.

Algunos pacientes pueden perder temporalmente la memoria después del procedimiento por el uso de anestesia monitoreada. Posiblemente quiera que una persona responsable esté presente durante el alta para que tome notas en su nombre y haga las preguntas relacionadas con su atención de seguimiento.

Si el paciente es menor de edad o necesita un tutor, el tutor debe estar presente para registrar al paciente el día del procedimiento. Si el tutor no puede presentarse para hacer el registro, tendrá que estar disponible por teléfono durante la duración del procedimiento y hasta el alta del paciente.

7 días antes:

- Suspenda los suplementos de fibra y los medicamentos que contengan hierro. Esto incluye multivitaminas con hierro, Metamucil y Fibercon.

3 días antes:

- Empiece una dieta baja en fibra. Una dieta baja en fibra hace que la limpieza sea más eficaz.
 - Los ejemplos de una dieta baja en fibra incluyen (entre otros): pan blanco, arroz blanco, pasta, crackers, pescado, pollo, huevos, carne de res molida, mantequilla de maní cremosa, vegetales cocidos/hervidos, fruta enlatada, bananas, melones, leche, yogur sin sabores, queso, aderezo para ensalada y otros condimentos.
Si tiene una dieta sin gluten, busque artículos con menos de 2 gramos de fibra por porción, incluyendo pan, pasta, waffles, pancakes, cereales fríos, tortas de arroz, crackers de arroz y crema de arroz.
 - Las siguientes comidas no están permitidas en una dieta baja en fibra: semillas, nueces, palomitas de maíz, afrecho, trigo entero, maíz, quinoa, frutas y vegetales crudos, bayas y fruta deshidratada, frijoles y lentejas.

Para obtener más información sobre cómo seguir una dieta baja en fibra, consulte www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet

2 días antes:

- Continúe la dieta baja en fibra.
- Tome por lo menos 8 vasos de agua durante el día.
- Suspenda la comida sólida a las **11:45 p. m.**

1 día antes:

- Empiece con la dieta de líquidos claros (los líquidos claros son aquellos a través de los que se puede ver).
 - o Los ejemplos de una dieta de líquidos claros son los siguientes: agua, caldo o consomé claro (hay opciones disponibles sin gluten), Gatorade, Pedialyte o Powerade, bebidas carbonatadas o no carbonatadas (Sprite, 7-Up, Gingerale, etc.), jugos de frutas exprimidas sin pulpa (manzana, uva blanca, arándano blanco, etc.), gelatina, paletas de hielo y hasta una taza de café sin nada o té (sin leche ni crema) al día.
 - o Los siguientes no están permitidos en una dieta de líquidos claros: líquidos rojos, alcohol, productos lácteos, batidos de proteína, caldos cremosos, jugo con pulpa, productos que contengan aceite ni tabaco para masticar.
 - o Para obtener más información sobre cómo seguir una dieta de líquidos claros, consulte <https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet>
- **Al mediodía:** tome 2 tabletas de Bisacodyl (Dulcolax).
- **Entre las 4:00 p. m. y 6:00 p. m.:** tome la preparación de MiraLAX y Gatorade/Powerade.

- Mezcle 1 botella de MiraLAX con 64 oz de líquido (debe mezclar un mínimo de 56 oz de la bebida de electrolitos con MiraLAX; puede agregar hasta 8 oz de agua para obtener las 64 oz que necesita).
- Tome 1 vaso de 8 oz de la solución de MiraLAX /la bebida de electrolitos.
- Siga tomando 1 vaso de 8 oz cada 15 minutos, hasta que se termine la mezcla.
- Con el último vaso de solución MiraLAX y Gatorade: tome de 400 a 500 mg de simeticona.

Simeticona en tabletas, masticables o cápsulas blandas de 80 mg o 125 mg

- La simeticona está disponible sin receta en una variedad de formas y dosis. Las cápsulas, las tabletas masticables y el líquido son formas aceptables.
- Si compra tabletas de 125 mg, compre suficiente simeticona para tomar 4 tabletas.
- Si compra tabletas de 80 mg, compre suficiente para tomar 6 tabletas.

Consejos para la limpieza de colon: tome cantidades adecuadas de líquido antes y después de la limpieza de colon para evitar la deshidratación. Manténgase cerca de un baño porque tendrá diarrea. Aunque esté sentado en el inodoro, siga tomando la solución limpiadora cada 15 minutos. Si siente náusea o vomita, enjuáguese la boca con agua, tome un receso de 15 a 30 minutos y, después, siga tomando la solución. Sentirá molestias hasta que haya evacuado las heces del colon (de 2 a 4 horas). Posiblemente sienta frío.

El día de su procedimiento:

Puede tomar todos sus medicamentos de la mañana, incluyendo los medicamentos para la presión, anticoagulantes (en caso de que nuestro consultorio no le haya indicado que los suspendiera), metadona, anticonvulsivos con sorbos de agua, **3 horas antes de su procedimiento o antes**. No tome ninguna vitamina ni suplementos masticables. Si tiene diabetes, comuníquese con su proveedor de seguimiento para obtener más instrucciones sobre el manejo de la insulina o el azúcar en la sangre.

Siga con la dieta de líquidos claros hasta **3 horas antes del procedimiento**, después deje de beber. Como recordatorio, siga evitando los líquidos rojos, el alcohol, los productos lácteos, los batidos de proteína, los caldos cremosos, los jugos con pulpa, los productos que contengan aceite, el tabaco masticable y las drogas ilícitas. El uso de estos productos tendrá como consecuencia la cancelación del procedimiento.

- **4 horas antes de su procedimiento** (ejemplo: 3:30 a. m. para un procedimiento a las 7:30 a. m.)
 - Tome 10 oz de citrato de magnesio.
- **3 horas antes de su procedimiento:** (ejemplo: 4:30 a. m. para un procedimiento a las 7:30 a. m.)
 - DEJE de consumir toda clase de líquidos.
 - No tome nada por vía oral durante este tiempo.
 - Planifique más tiempo para llegar al procedimiento, ya que posiblemente tenga que detenerse y usar un baño en el camino.

Usted está listo para el procedimiento si siguió todas las instrucciones y ya no se forman heces, sino líquido claro o amarillo. Si no está seguro de si el colon está limpio, llame a nuestro consultorio al 612-871-1145 antes de salir para su cita.

DESCRIPCIÓN DE LA COLONOSCOPIA

¿Qué es la colonoscopia?

La colonoscopia es la prueba más precisa para detectar pólipos en el colon y cáncer de colon, y es la única prueba con la que se pueden quitar los pólipos. Durante este procedimiento, un médico examina la pared del intestino grueso y del recto por medio de un tubo flexible llamado un colonoscopio. El colonoscopio se inserta en el ano y se dirige lentamente por el colon.

Para producir resultados óptimos, usted tomará un preparado de limpieza intestinal para ayudar a limpiar el colon. Aunque las evacuaciones sean claras, es importante tomar toda la preparación para el colon como se recetó, ya que el cuerpo siempre está produciendo líquidos, y los pólipos pequeños se pueden ocultar detrás de este líquido.

¿Qué sucede durante una colonoscopia?

Planifique pasar hasta 2 horas en el centro para endoscopías el día de su colonoscopia. El procedimiento en sí tarda alrededor de 20 a 40 minutos.

Antes del procedimiento:

Usted revisará su historia médica con su equipo de atención médica, incluyendo un enfermero, su médico gastroenterólogo y un proveedor de anestesia, y se le colocará una vía intravenosa.

Durante el procedimiento:

Durante el procedimiento, el proveedor de anestesia administrará medicamentos y monitoreará los signos vitales, que es un proceso conocido como atención de anestesia monitoreada (MAC). Aunque la mayoría de los pacientes duermen durante el procedimiento, algunos permanecen despiertos y conscientes. El anestesiólogo o el enfermero anestesiólogo registrado certificado (CRNA) ayudarán a determinar el tipo de medicamento apropiado que se debe usar durante el procedimiento para mantenerlo seguro y cómodo. Si se llegara a encontrar tejido anormal o pólipos, el médico puede quitarlos por medio del colonoscopio para hacer un examen más detenido o biopsia.

¿Qué sucede después del procedimiento?

El médico hablará con usted sobre los resultados iniciales del procedimiento y preparará un reporte completo para el proveedor de atención médica que lo remitió para la colonoscopia. Puede tener algunos calambres o hinchazón después del procedimiento, lo que es normal, pero deberían desaparecer rápidamente conforme se expulsa el gas. Cualquier muestra de tejido o pólipo que se haya quitado durante el procedimiento se enviará al laboratorio para evaluación. Tomará entre 5 y 7 días hábiles para que le notifiquen los resultados por correo postal o por medio del Portal de pacientes.

Puede reanudar la mayoría de sus actividades habituales el día después del procedimiento. Sin embargo, por el medicamento que se le administró durante el procedimiento, está prohibido que conduzca por el resto del día. También se recomienda evitar viajes aéreos durante 24 horas después de su procedimiento. Puede reanudar su dieta normal, pero se debe evitar el alcohol hasta el día siguiente después de su procedimiento.

¿Existe alguna posible complicación con la colonoscopia?

Aunque las complicaciones graves son raras, cualquier procedimiento médico tiene riesgos potenciales. Los riesgos derivados del procedimiento incluyen, perforación o la rasgadura de la pared del colon, sangrado en el lugar de la biopsia, reacción a los medicamentos, problemas del corazón y pulmones, y lesiones dentales o de la vista.