

التحضير لتنظير القولون

التحضير للإجراء باستخدام مجموعة تحضير الأمعاء GLYCOPREP-O بسعة 4 لتر

ما هو تنظير القولون؟

تنظير القولون (المنظار) هو فحص الجهاز الهضمي السفلي لتشخيص المشكلات وعلاجها في بعض الحالات. يتضمن هذا الإجراء تمرير منظار القولون، وهو أنبوب مرن طويل ورفيع مزود بكاميرا صغيرة عند طرفه عبر المستقيم إلى القولون (الأمعاء الغليظة). فهو يسمح للطبيب بفحص القولون والقيام بإجراءات متخصصة مثل أخذ خزعات لعلم مختبر الأمراض وإزالة الأورام الحميدة (نمو غير طبيعي يتطور أحياناً إلى سرطان).

عادةً ما يتم إجراء تنظير القولون باستخدام المهدىء الذي سيجعلك تشعر بالاسترخاء والنعاس ولكن لن تكون فاقدًا للوعي أثناء الإجراء.

لماذا من المهم الاستعداد؟

- لتنظير القولون الناجح، من المهم جدًا تنظيف الأمعاء جيدًا. وهذا يمكن الطبيب من رؤية بطانة الأمعاء بوضوح
- قد يعني التحضير السيئ للأمعاء أنه يجب إيقاف الإجراء وسيتعين عليك تكرار الإجراء في يوم آخر

بمن تتصل إذا كنت بحاجة إلى نصيحة أو مساعدة؟

- إذا كانت لديك أية أسئلة حول هذه المعلومات أو إذا شعرت أن حركة الأمعاء غير واضحة في نهاية فترة تحضير الأمعاء، اتصل بـ:
- حجوزات التنظير 3883 7800 (07) - خلال ساعات العمل: من 8 صباحًا إلى 4 مساءً من الاثنين إلى الجمعة
- مستشفى ريدكليف 3883 7777 (07) - خارج ساعات العمل

متى يجب عليك طلب الرعاية الطبية؟

- إذا مرضت و/أو شعرت بألم شديد، اطلب المشورة الطبية من:
- طبيبك العام (GP)
- خدمة الطبيب المنزلي بعد ساعات العمل
- أقرب مركز طبي للطوارئ

الأسئلة المتداولة (FAQ) / ماذا يجب أن أعرف أيضًا؟

ما الذي تحتويه مجموعة Glycoprep Orange Bowel Prep Kit الخاصة بي؟

- 4 × أكياس غلايكوبريب أورانج 70 غرام
- 1 × كيس سيترات المغنيسيوم
- 3 × 5 ملغ بيساكوديل أقراص
- 12 كيسًا من ماكروغول (مثل Movicol و ClearLax) - إذا كان ذلك مطلوبًا سريريًا

لمساعدتك في الاستعداد لتنظير القولون، قامت فرقنا الطبية ومرضانا بإنشاء سلسلة من الأفلام حول تنظير القولون. تمت مراجعة كل فيلم من قبل الأطباء والمرضى على حد سواء للتأكد من أن المعلومات المشتركة يمكن أن تساعدك على فهم الإجراء والاستعداد له.

للوصول إلى مقاطع الفيديو هذه، يمكنك مسح رمز الاستجابة السريعة أدناه باستخدام جهازك الذكي أو بدلاً من ذلك يمكنك كتابة <https://bit.ly/rh-ge> في محرك البحث على الإنترنت على جهاز كمبيوتر أو جهاز ذكي.



من المهم أن تتبع التعليمات التي يقدمها قسم التنظير بمستشفى Redcliffe، حيث قد تختلف ظروفك عن المعلومات العامة الواردة في مقاطع الفيديو هذه.

ما الذي تم تضمينه في قائمة السوائل الصافية؟

- حساء صافي أو مصفى
- ماء وعصير صافي (وليس عصير برتقال)
- الشاي الأسود أو القهوة (بدون حليب) أو الشاي العشبي أو المثلج
- عصير الليموناضة أو جعة الزنجبيل
- المشروبات الرياضية الصفراء أو البرتقالية أو المشروبات المنكهة
- جيلي أصفر أو برتقالي
- ماء وعصير صافي (وليس عصير برتقال)
- الشاي الأسود أو القهوة (بدون حليب) أو الشاي العشبي أو المثلج
- المشروبات الرياضية الصفراء أو البرتقالية أو المشروبات المنكهة

ما هي الأطعمة التي يمكنني تناولها؟

يمكنك تناول الطعام بشكل طبيعي حتى أربعة أيام قبل الإجراء. قبل أربعة أيام من إجراء العملية، ستبدأ في اتباع نظام غذائي منخفض الألياف. يمكنك العثور على النظام الغذائي منخفض الألياف في نهاية هذه النشرة.

يوميّات التحضير الخاصة بك

تاريخ	إطار زمني	تعليمات
/ /	10 أيام قبل الإجراء الخاص بك	• توقف عن تناول أقراص الحديد / الفيتامينات المتعددة، مكملات السمك / زيت الكريل قبل 7 إلى 10 أيام، أو حسب نصيحة طبيبك.
/ /	7 أيام قبل الإجراء الخاص بك	• ابدأ باستخدام ماكروغول (على سبيل المثال، Movicol، ClearLax) 2 × كيس، كيس واحد في الصباح وكيس واحد في المساء كل يوم. يمكن إيقاف هذا في اليوم الذي تبدأ فيه بتناول Glycoprep Orange Kit.
/ /	4 أيام قبل الإجراء الخاص بك	• البدء في اتباع نظام غذائي منخفض الألياف. • قم بزيادة تناول السوائل عن طريق شرب الكثير من الماء أو السوائل الصافية.
/ /	يوم واحد قبل الإجراء الخاص بك	• السوائل الصافية فقط (ممنوع تمامًا تناول الأطعمة الصلبة) لجميع الوجبات. ارجع إلى قائمة السوائل الصافية في قسم الأسئلة الشائعة.
	8 صباحًا	• تحضير 3 أكياس من غلايكوبريب أورانج: قم بإذابة كيس واحد في 1 لتر من ماء الصنبورة. عن طريق إذابة 3 أكياس (كل منها في 1 لتر من الماء)، سيعطيك هذا 3 لترات من محلول جليكوبريب أورانج. يمكنك تبريد هذا المحلول لمدة تصل إلى 24 ساعة أو الاحتفاظ به في مكان بارد. • تحضير كيس واحد من سترات المغنيسيوم: قم بإذابة كيس واحد في كوب (250 مل) من الماء الدافئ (غير المغلي). المحلول سيكون ضبابياً. اترك المحلول ليبرد. ويمكنك الاحتفاظ به في البراد.
	2 ظهرًا	• اشرب سترات المغنيسيوم. • بعد شرب سترات المغنيسيوم، تناول 3 أقراص بيساكوديل الصفراء مع كوب كامل من الماء. استمر في شرب السوائل الصافية.
	4 مساءً	• اشرب 3 لترات من غلايكوبريب أورانج. • اشرب المحلول ببطء لمدة 3 ساعات (أكمل 2 لتر بحلول الساعة 7 مساءً). اشرب كوبًا واحدًا تقريبًا كل 15 دقيقة. سيؤدي ذلك إلى حدوث إسهال مائي قد يستمر لعدة ساعات بعد آخر جرة. استمر في شرب الكثير من السوائل الصافية للمساعدة في تجنب الصداع والجفاف.
	قبل النوم	• حضّر كيس واحد من غلايكوبريب أورانج: قم بإذابة كيس واحد في لتر واحد من الماء. سيكون لديك لتر واحد من محلول غلايكوبريب أورانج. يمكنك تبريد هذا المحلول لمدة تصل إلى 24 ساعة أو الاحتفاظ به في مكان بارد.
/ /	يوم الإجراء	• سوائل الصيام فقط + لتر واحد من غلايكوبريب أورانج. اطلع على قائمة سوائل الصيام في قسم الأسئلة الشائعة.
	صباحًا	• اشرب لتر واحد من غلايكوبريب أورانج.
	صباحًا	• يجب أن يتم تحضير أمعائك بشكل كامل. • يمكن الاستمرار في تناول السوائل أثناء الصيام ولكن يجب أن تقتصر على 100 مل لكل نصف ساعة بعد الانتهاء من تحضير الأمعاء.
	صباحًا	• لا شيء عن طريق الفم.

افعل:	لا تفعل:
• اتبع التعليمات الموجودة في يوميات الاستعداد الخاصة بك	• لا تقوت أو تتخطى أي خطوات في يوميات التحضير
• تناول الأطعمة من قائمة اختر في نظام غذائي منخفض الألياف	• لا تأكل الأطعمة المدرجة في قائمة تجنبها
• اشرب المحلول من خلال قسبة المشروبات إذا كان من الأسهل القيام بذلك	• لا تدع نفسك تصاب بالجفاف
• قم بتبريد محلول غلايكوبريب لأنه من الأسهل تحمله إذا تم تبريده قبل الشرب	
• اشرب الكمية الموصى بها من السوائل لتعويض تلك التي قد تفقدها أثناء إفراغ الأمعاء	
• ابقَ على مقربة من مرافق المراحيض أثناء تحضير الأمعاء	
• ضع كريمًا وقائيًا مثل اللانولين أو الفازلين حول منطقة الشرج لتقليل تلف الجلد	
• إذا كنت تعاني من البواسير، استخدم كريم البواسير الخاص بك لتقليل الانزعاج	
• ابقَ دافئاً	
• إذا شعرت بالغثيان أثناء تناول المستحضر، توقف عن تناوله لمدة 1/2 ساعة. تناول مشروبًا ساخنًا وتمشى. إذا شعرت بالانتفاخ اشرب شايًا بالنعناع. استئناف الشرب واستمر كما كان من قبل	

كيف ستعرف إذا كنت على استعداد جيد؟

- بمجرد الانتهاء من تحضير الأمعاء، ستكون حركات الأمعاء صافية وخالية من الجزيئات، أو تبدو مثل البول
- يرجى ملاحظة أنه لا يمكن الحصول على أمعاء نظيفة جدًا إلا من خلال شرب كل المستحضر. إذا شعرت أن حركة الأمعاء لديك ليست صافية بما فيه الكفاية، يرجى الاتصال بنا:

- حجوزات التنظير 3883 7800 (07) - خلال ساعات العمل: من 8 صباحًا إلى 4 مساءً من الاثنين إلى الجمعة
- مستشفى ريدكليف 3883 7777 (07) - خارج ساعات العمل

أسئلتك

إذا لم تكن متأكدًا من أي شيء في ورقة الحقائق هذه، فيرجى كتابة الأسئلة أدناه لطحها على فريق الرعاية الخاص بك:

نظام غذائي منخفض الألياف

يرجى البدء بهذا النظام الغذائي قبل أربعة أيام من إجراء العملية

اللحوم والأغذية البروتينية الأخرى

اختر

- ✓ لحم خنزير
- ✓ الدواجن (بدون جلد)
- ✓ الأسماك والمحار
- ✓ التفوف
- ✓ لحم البقر
- ✓ لحم العجل
- ✓ لحم حمل
- ✓ بيض

تجنب

- ☹️ الفاصوليا المطبوخة
- ☹️ الطواجن
- ☹️ العدس
- ☹️ البقوليات
- ☹️ ريسوليز
- ☹️ الوجبات المقلية
- ☹️ المكسرات والبذور
- ☹️ بيتزا

منتجات الألبان

اختر

- ✓ حليب
- ✓ كريم أو كريمة حامضة
- ✓ زبادي عادي أو بطعم الفانيليا
- ✓ الجبن المعالج والسادة
- ✓ جبن القريش
- ✓ زبدة / سمن
- ✓ كاسترد
- ✓ بوظة
- ✓ بودنج الأرز
- ✓ حليب مكثف
- ✓ الحليب المبخر
- ✓ الحليب المجفف

تجنب

- ☹️ منتجات الألبان مع الفواكه أو البذور أو جوز الهند

مشروبات

اختر

- ✓ ماء
- ✓ شاي
- ✓ قهوة
- ✓ المشروبات الغازية
- ✓ مشروبات الحليب العادي
- ✓ مشروبات منكهة
- ✓ عصائر الفاكهة المصفاة
- ✓ الحساء مصفى
- ✓ ميلو أو أوفالتين
- ✓ النبيذ الأبيض

تجنب

- ☹️ عصائر الفاكهة غير المصفاة
- ☹️ المشروبات ذات اللون الأحمر والأخضر (يمكن أن تلطخ الأمعاء مما يجعل الرؤية صعبة)

الأطعمة الأخرى

اختر

- ✓ طبقة من الشراب والآيس كريم
- ✓ مصاصات السكر المسلوقة
- ✓ جيلي شفاف (ليس أحمر أو أخضر)
- ✓ سكر
- ✓ المرق
- ✓ ملح فلفل
- ✓ الأعشاب والتوابل المجففة
- ✓ الشوكولاتة (بدون فواكه / مكسرات / جوز الهند)
- ✓ مصاصات السكر السادة
- ✓ عسل
- ✓ مربى مصفى
- ✓ فيجيميت
- ✓ مايونيز
- ✓ شوربة صافية

تجنب

- ☹️ مرببات بالقشر والبذور
- ☹️ مربى البرتقال
- ☹️ الصلصة والمخللات (البذور في المخللات)
- ☹️ زبدة/معجون الفول السوداني

لقد قمنا بتوفير قائمة من الأطعمة لمساعدتك في اتباع نظام غذائي منخفض الألياف، والذي يبدأ قبل أربعة أيام من الإجراء الخاص بك. تناول الأطعمة من مربع **اختر**.

الخبز والحبوب

اختر

- ✓ خبز أبيض عادي/خبز محمص
- ✓ الكعك والبسكويت السادة
- ✓ الفطائر / البيكيلات السادة
- ✓ لفائف الخبز العادي
- ✓ كرواسون عادي
- ✓ خبز البيتزا
- ✓ الخبز العادي
- ✓ حبوب الإفطار المكررة: السميد، رقائق الذرة، فقاعات الأرز الخ...
- ✓ الكعك العادي
- ✓ أرز أبيض
- ✓ المعكرونة البيضاء
- ✓ الكسكس
- ✓ الفطائر الصغيرة
- ✓ عصيدة من دقيق الذرة

تجنب

- ☹️ خبز القمح الكامل والأسمر وخبز الجاودار (بذور السمسم)
- ☹️ الدقيق الكامل والشوفان
- ☹️ الخبز والكعك متعدد الحبوب
- ☹️ الفطائر السمراء، كعك المافن مع الفاكهة
- ☹️ معكرونة سمراء
- ☹️ أرز أسمر
- ☹️ النخالة غير المعالجة، الشوفان الملفوف، الميوسلي، العصيدة
- ☹️ الحبوب الكاملة، مثل حبوب النخالة، ويت بيكس، وفيتا بريتنس
- ☹️ الكعك والبسكويت الذي يحتوي على المكسرات والفواكه المجففة وجوز الهند

فواكه وخضار

يجب إزالة القشرة والبذور من الفواكه والخضروات. يجب طهي الخضار جيدًا

اختر

- ✓ الخوخ والكمثرى والتفاح
- ✓ البطيخ الصخري والبطيخ الأحمر
- ✓ بابو
- ✓ موز ناضج
- ✓ الخوخ المقلب والتفاح
- ✓ والمشمش والكمثرى
- ✓ فطر دائري
- ✓ البطاطا
- ✓ يقطين
- ✓ قرع
- ✓ أفوكادو
- ✓ القرنبيط
- ✓ تشوكو
- ✓ كوسا / نخاع

تجنب

- ☹️ جميع الفواكه والخضروات الأخرى، بما في ذلك خضروات السلطة
- ☹️ جميع الخضار النيئة
- ☹️ فواكه مجففة