

التحضير لتنظير القولون

التحضير للإجراء باستخدام مجموعة تحضير الأمعاء GLYCOPREP-O بسعة 3 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 لمختبر علم 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 فاقداً للوعي أثناء الإجراء.

لماذا من المهم الاستعداد؟

- لتنظير القولون الناجح، من المهم جدًا تنظيف الأمعاء جيدًا. وهذا سيمكّن الطبيب من رؤية بطانة الأمعاء بوضوح
- قد يعني التحضير السيئ للأمعاء أنه يجب إيقاف الإجراء وسيُعين 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 كنت تشعر أن حركة الأمعاء غير واضحة في نهاية فترة تحضير الأمعاء، فاتصل 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؟

- 3 × أكياس غلايكوبريب أورانج 70 غرام
- 1 × كيس سيترات المغنيسيوم
- 3 × 5 ملغ بيساكوديل أقراص
- 12 كيسًا من ماكروغول (مثل Movicool 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.

لمشاهدة 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 الخاص بك على جهاز كمبيوتر أو الجهاز الذكي.



من المهم أن تتابع 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 المتلج
- عصير الليموناضة أو جعة الزنجبيل
- المشروبات الرياضية الصفراء أو البرتقالية أو المنكهة
- جيلي أصفر أو برتقالي

ما الذي تتضمنه قائمة سوائل الصيام؟

- ماء وعصير صافي (وليس عصير برتقال)
- الشاي الأسود أو القهوة (بدون حليب) أو الشاي العشبي أو الشاي المتلج
- 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 نظام غذائي 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 لجميع الوجبات. ارجع إلى قائمة السوائل الصافية في قسم الأسئلة الشائعة.
	الساعة 8 صباحاً	• قم بتحضير كيسين من غلايكوبريب أورانج: قم بإذابة كيس واحد في لتر واحد من ماء الصنبور. عن طريق إذابة كيسين (كل كيس في لتر واحد من الماء)، سيكون لديك لترين من محلول غلايكوبريب 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). سيكون المحلول ضبابياً. اترك المحلول ليبرد. ويمكنك الاحتفاظ به في البراد.
	الساعة 3 مساءً	• اشرب سترات المغنيسيوم. • بعد شرب سترات المغنيسيوم، تناول 3 أقراص بيساكوديل الصفراء مع كوب كامل من الماء. استمر في شرب السوائل الصافية.
	الساعة 5 مساءً	• اشرب 2 لتر من غلايكوبريب أورانج. • اشرب المحلول ببطء لمدة ساعتين (اشرب لترين منه بحلول الساعة 7 مساءً). اشرب كوباً واحداً تقريباً كل 15 دقيقة. سيؤدي ذلك إلى حدوث إسهال مائي قد يستمر لعدة ساعات بعد آخر جرعة. 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	• سواول الصيام فقط + 1 لتر من غلايكوبريب أورانج. راجع قائمة سواول الصيام في قسم الأسئلة الشائعة.
	صباحاً	• اشرب لترًا واحدًا من غلايكوبريب أورانج.
	صباحاً	• يجب أن يتم تحضير أمعائك بشكل كامل. • يمكن الاستمرار في تناول السواول أثناء الصيام ولكن يجب أن تقتصر على 100 مل لكل نصف ساعة بعد الانتهاء من تحضير الأمعاء.
	صباحاً	• لا شيء عن طريق الفم.

إفعل:	لا تفعل:
اتباع التعليمات الموجودة في يوميات التحضير الخاصة بك	لا تقوت أو تتخطى أي خطوات في يوميات التحضير
تناول الأطعمة المدرجة في قائمة الاختيار ضمن نظام غذائي منخفض الألياف	لا تتناول الأطعمة المدرجة في قائمة الأطعمة التي يجب أن تتجنبها
- اشرب المحلول من خلال شفاطة المشروبات إذا كان من الأسهل القيام بذلك - قم بتبريد محلول غلايكوبيريبل لأنه من الأسهل تحمله إذا تم تبريده قبل الشرب	لا تدع نفسك تصاب بالجفاف
اشرب الكمية الموصى بها من السوائل لتعويض تلك التي قد تفقدها أثناء إفراغ الأمعاء	
ابق 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 - ابق دافئاً	
إذا شعرت بالغثثاء أثناء تناول المستحضر، توقف عن تناوله لمدة 1/2 ساعة. تناول مشروبًا ساخنًا وتمشى، وإذا شعرت بالانتفاخ، اشرب شايًا بالنعناع. ثم استئناف الشرب واستمر كما قبل.	

كيف ستعرف إذا كنت قد 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 التنظيف 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 معلومات في ورقة الحقائق هذه، يرجى كتابة الأسئلة أدناه ل طرحها 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
- ✓ التوفو
- ✓ لحم البقر
- ✓ لحم العجل
- ✓ لحم حمل
- ✓ بيض

تجنب

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

منتجات الألبان

اختر

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

تجنب

- ☹️ منتجات الألبان بالفواكه أو البذور أو جوز الهند

مشروبات

اختر

- ✓ ماء
- ✓ شاي
- ✓ قهوة
- ✓ المشروبات الغازية
- ✓ مشروبات الحليب العادي
- ✓ مشروبات منكهة
- ✓ عصائر الفاكهة المصفاة
- ✓ حساء مصفى
- ✓ مايلو 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 مسلوقة
- ✓ جبلي شفاف (ليس أحمر أو أخضر)
- ✓ سكر
- ✓ المرق
- ✓ ملح وفلفل
- ✓ الأعشاب والتوابل المجففة
- ✓ الشوكولاتة (بدون فواكه / مكسرات / جوز الهند)
- ✓ مصاصات السكر السادة
- ✓ عسل
- ✓ مربى مصفى
- ✓ فيجيميت
- ✓ مايونيز
- ✓ شوربة صافية

تجنب

- ☹️ مربيات بالقشر والبذور
- ☹️ المصلصة 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 العادي
- ✓ الفطائر / البيكيات العادية
- ✓ لفائف الخبز العادي
- ✓ كرواسون عادي
- ✓ خبز البيتزا
- ✓ كعك البايغل السادة
- ✓ حبوب الإفطار المكررة: السميد، رقائق الذرة، فقاعات الأرز الخ...
- ✓ كعك المافن العادي
- ✓ أرز أبيض
- ✓ المعكرونة البيضاء
- ✓ الكسكس
- ✓ الفطائر الصغيرة
- ✓ عصيدة من دقيق الذرة

تجنب

- ☹️ خبز القمح الكامل والأسمر وخبز الجاودار (بذور السمسم)
- ☹️ دقيق القمح الكامل والثوفان
- ☹️ الخبز وكعك المافن متعدد الحبوب
- ☹️ الفطائر السمراء، كعك المافن مع الفاكهة
- ☹️ المعكرونة السمراء
- ☹️ أرز أسمر
- ☹️ النخالة غير المعالجة، الثوفان الملفوف، الميوسلي، العصيدة
- ☹️ الحبوب الكاملة، مثل حبوب النخالة، ويت بيكس، وفيتا بريتش
- ☹️ الكعك والبسكويت الذي يحتوي على المكسرات والفواكه المجففة وجوز الهند

فواكه وخضار

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

اختر

- ✓ الخوخ والكمثرى والتفاح
- ✓ البطيخ الصخري والبطيخ الأحمر
- ✓ بابو
- ✓ موز ناضج
- ✓ الخوخ المعبى والتفاح
- ✓ والمشمش والكمثرى
- ✓ فطر دائري
- ✓ البطاطس
- ✓ يقطين
- ✓ قرع
- ✓ أفوكادو
- ✓ القرنبيط
- ✓ تشوكو
- ✓ كوسة / نخاع

تجنب

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