

التحضير لتنظير القولون

التحضير للإجراء باستخدام مجموعة تحضير الأمعاء GLYCOPREP-O بسعة 6 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 فاقداً للوعي أثناء الإجراء.

لماذا من المهم الاستعداد؟

- لتنظير القولون الناجح، من المهم جداً تنظيف الأمعاء جيداً. وهذا سيمكن الطبيب من رؤية بطانة الأمعاء بوضوح
- قد يعني التحضير السيئ للأمعاء أنه يجب إيقاف الإجراء وسيتمتعين 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، اتصل بـ: حجوزات التنظير 3883 7800 (07) - خلال ساعات العمل: من 8 صباحاً 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 بالألم 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 أيضاً؟

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

- 6 × أكياس غلايكوبريب أورانج 70 جم
- 2 × كيس سيترات المغنيسيوم
- 6 × أقراص بيساكوديل 5 ملغ
- 26 × كيس ماكروغول (مثل Movicool®، ClearLax®)

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 الخاص بك 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 الواضحة ؟

- حساء صافي أو مصفى
- ماء وعصير صافي (وليس عصير برتقال)
- الشاي الأسود أو القهوة (بدون حليب) أو الشاي العشبي أو المتلج
- عصير الليمون وجعة الزنجبيل
- المشروبات الرياضية الصفراء أو البرتقالية أو المشروبات 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 المتلج
- المشروبات الرياضية الصفراء أو البرتقالية أو المشروبات المنكهة

ما هي الأطعمة التي يمكنني تناولها؟

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

يوميّات التحضير الخاصة بك

تاريخ	إطار زمني	تعليمات
/ /	14 يومًا 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.
/ /	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.
/ /	5 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.
/ /	قبل يومين من الإجراء الخاص بك	• السوائل الصافية فقط لجميع الوجبات. راجع قائمة السوائل الصافية في قسم الأسئلة الشائعة.
8 صباحاً		• حضّر 3 أكياس من غلايكوبريب أورانج: قم بإذابة كيس واحد في 1 لتر من ماء الصنبور. عن طريق إذابة 3 أكياس (كل منها في 1 لتر من الماء)، سيعطيك 3 لترات من محلول غلايكوبريب أورانج. يمكنك تبريد هذا المحلول لمدة تصل إلى 24 ساعة أو الاحتفاظ به في مكان بارد. • حضّر كيس واحد من سترات المغنيسيوم: قم بإذابة كيس واحد في كوب (250 مل) من الماء الدافئ (غير مغلي). سيكون المحلول ضبابياً. اترك المحلول ليبرد. ويمكنك الاحتفاظ به في البراد.
2 ظهرًا		• اشرب سترات المغنيسيوم. • بعد شرب سترات المغنيسيوم، تناول 3 أقراص بيساكوديل صفراء 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 3 لترات بحلول الساعة 7 مساءً). اشرب كوبًا واحدًا تقريبًا 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.
/ /	يوم واحد قبل الإجراء الخاص بك	• السوائل الصافية فقط لجميع الوجبات. ارجع إلى قائمة السوائل الصافية في قسم الأسئلة الشائعة. • الكيس الرابع والخامس من جليكوبريب أورانج للبدء.
8 صباحاً		• قم بتحضير كيسين من جليكوبريب أورانج: قم بإذابة 1 × كيس في 1 لتر من ماء الصنبور وكرر ذلك لتحضير 2 لتر من جليكوبريب أورانج. يمكنك تبريد هذا المحلول لمدة تصل إلى 24 ساعة أو الاحتفاظ به في مكان بارد • قم بإعداد كيس واحد من سترات المغنيسيوم في كوب كامل (250 مل) من الماء الدافئ (غير المغلي). اترك المحلول ليبرد. ويمكنك الاحتفاظ به في البراد.

2 ظهرًا	• شرب سترات المغنيسيوم. • خذ 3 أقراص ببسكوديل صفراء مع كوب كامل من الماء. • استمر في شرب السوائل الصافية.
5 مساءً	• اشرب 2 لتر من جليكوبريب أورانج. • اشرب المحلول لمدة ساعتين (أكمل 2 لتر بحلول الساعة 7 مساءً). قد تستمر حركات الأمعاء لعدة ساعات بعد الجرعة الأخيرة.
قبل النوم	• تحضير كيس واحد من جليكوبريب أورانج: قم بإذابة كيس واحد في 1 لتر من الماء. سيكون لديك 1 لتر من محلول جليكوبريب أورانج. بإمكانك تبريد هذا المحلول لمدة تصل إلى 24 ساعة أو احتفظ به في مكان بارد.
يوم الإجراء	• سوائل الصيام فقط + 1 لتر جليكوبريب أورانج. الرجوع إلى قائمة سوائل الصيام في قسم الأسئلة الشائعة.
صباحاً	• اشرب 1 لتر غلايكوبريب أورانج
صباحاً	• 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.
صباحاً	• لا شيء عن طريق الفم.

أشياء يجب أن تتذكرها أثناء الاستعداد:

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

كيف ستعرف إذا 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 ريديكليف 3883 7777 (07) - خارج ساعات العمل

أسئلتك

إذا لم تكن متأكدًا من أي معلومات في ورقة الحقائق هذه، يرجى كتابة الأسئلة لطرحها على فريق الرعاية الخاص بك:

نظام غذائي منخفض الألياف

يرجى البدء بهذا النظام الغذائي قبل خمسة أيام من إجراء العملية

اللحوم والأغذية البروتينية الأخرى

اختر

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

تجنب

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

منتجات الألبان

اختر

- ✓ الحليب
- ✓ كريم أو كريمة حامضة
- ✓ زبادي عادي أو بطعم الفانيليا
- ✓ 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 السادة
- ✓ مشروبات منكهة
- ✓ عصائر الفاكهة المصفى
- ✓ الحساء المصفى
- ✓ ميلو أو أوفالتين
- ✓ النبيذ الأبيض

تجنب

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

الأطعمة الأخرى

اختر

- ✓ طبقة من الشراب والآيس كريم
- ✓ مصاصات السكر مسلوقة
- ✓ جبلي واضح (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

- ☹️ مربيات 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 خمسة أيام من الإجراء الخاص بك. تناول الأطعمة من مربع **اختر**.

الخبز والحبوب

اختر

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

تجنب

- ☹️ خبز القمح الكامل والبنّي 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، الموسلي، العصيدة
- ☹️ الحبوب الكاملة، مثل حبوب النخالة، وويت 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 جيداً

اختر

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

تجنب

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