

PoliDirect



Hastalar için önbilgilendirme

Bağırsak incelemesi hazırlığı

Pleinvue müshil (laksatif) ile

Yakında bir kolonoskopi yapılacaktır. Bu, doktorun ince, esnek bir tüp (koloskop) ile bağırsağın içini incelediği bir tetkiktir ve bu tüpün ucunda bir kamera bulunur. Olası anormallikleri iyi görebilmek için bağırsağınızın olabildiğince boş ve temiz olması çok önemlidir. Bunu, eczaneden temin edeceğiniz Pleinvue adlı mülhül ile bağırsağınızı temizleyebilirsinizç

Bu broşürde, bu hazırlık hakkında daha fazla bilgi veriyoruz. Lütfen bu bilgileri, tetkikten birkaç gün önce sakın bir şekilde okuyun, böylece ne yapmanız gerektiğini iyi bilirsiniz. Bağırsağınız yeterince temiz olmazsa, tetkik yapılamaz ve başka bir zamana ertelenmesi gerekir.



Hazırlık planı

Araştırmadan 3 gün önce

Tetkikten üç gün önce düşük lifli bir diyetle başlamalısınız. Araştırmanın yapılacağı koloskopun tıkanmaması için, o andan itibaren çekirdek, fındık veya tohum tüketmemeniz önemlidir. Sayfa 2'deki 2. şekilde hangi gıdaları tüketip tüketemeyeceğiniz belirtilmiştir

Araştırmadan 1 gün önce

Araştırmanızdan bir gün önce hafif bir kahvaltıyla başlayın, örneğin iki kuru ekmek veya beyaz veya hafif sandviçle. Bu arada bir fincan çay içebilirsiniz. Eğer bu öğünden sonra hala susuzluk hissediyorsanız, sadece berrak sıvılar içebilirsiniz. Berrak sıvıların neler olduğu Şekil 1'de gösterilmiştir.

- 1 Kahvaltı ile öğle arasında, bir kruvasan, kuru ekmek veya beyaz ekmek gibi düşük lifli bir atıştırmalık yiyebilirsiniz.
- 2 Öğleden sonra 12:00 ile 13:00 arasında son hafif öğünü yiyebilirsiniz, örneğin 2 kuru ekmek veya beyaz veya hafif sandviçle (süt ürünü olmamalı). Bu öğünde sadece berrak içecekler içebilirsiniz
- İstisna: Araştırmanız saat 17:00'den sonra ise, 20:00'ye kadar son hafif öğün yiyebilirsiniz.
- 3 Bu hafif öğünden sonra araştırmadan sonra kadar hiçbir şey yemeyin. Bu noktadan itibaren sadece berrak içecekler için. Ne kadar çok içerseniz, bağırsaklarınız o kadar temiz olur.
- 4 Araştırmanın saati ne olursa olsun, Pleinvue mülhülünün ilk dozunu araştırmadan bir gün önce veya araştırma günü almalısınız. Bu, araştırmanın zamanlamasına bağlıdır. Bu süreç hakkında daha fazla bilgiyi 3. sayfada okuyabilirsiniz.

Şekil 1. Berrak içecek



Tüketilebilecekler:

- ✓ Su
- ✓ Berrak spor içecekleri (Aquarius gibi)
- ✓ Tanesiz berrak meyve suları
- ✓ Berrak çay
- ✓ Süzölmüş berrak et suyu
- ✓ Kahve (en fazla bir fincan, sütsüz)
- ✓ Sütsüz)



Tüketilmemesi gerekenler:

- ✗ Karbonatlı içecekler
- ✗ Süt ürünleri
- ✗ Taneli kırmızı meyve suları
- ✗ Alkol ve alkol içeren içecekler

Şekil 2. Düşük lifli diyet



Ne tüketebilirsiniz?



Düşük lifli tahıl ürünleri:

Kuru ekmek veya doğal tost, beyaz veya açık kahverengi ekmek (çekirdek içermeyen), margarin veya tereyağı, beyaz pirinç, makarna.



Düşük lifli ekmek üstü:

Çikolata kreması, haşlanmış veya kızarmış yumurta, çikolata parçaları, bal veya pekmez, çekirdek veya meyve parçaları olmayan reçel, peynir, yağsız et ürünleri (dilimlenmiş dana pastırması, rosbif, tavuk göğsü).



Düşük lifli meyve:

Yumuşak olgun meyve veya çekirdek, lif veya kabuğu olmayan meyve konserveleri, elma veya meyve püresi, muz.



Patates ve iyice pişmiş sebzeler:

Havuç, karnabahar, brokoli, endivye ve patates.



Süt ürünleri:

Hafif kızartılmış tüm çeşitler, et alternatifleri, derisi olmayan balık veya tavuk, kıyma (dana veya dana).



Zuivel:

Puding, sütlü tatlı, (bitkisel) yoğurt (meyve parçaları içermeyen).



Sebzersiz çorba



Ne tüketmemelisiniz?



Tam tahıl ürünleri:

Kepekli ekmek, tam buğday ekmeği ve çekirdekli ekmekler, çeşitli tahıl makarnaları, kepekli pirinç.



Lifli ekmek üstü:

Reçel, meyve parçaları veya çekirdek içeren reçeller, fıstık ezmesi.



Lifli meyve:

Çilek, böğürtlén, üzüm, greyfurt, kivi, portakal, kuru meyveler, avokado.



Lifli sebzeler:

Hindiba, kuşkonmaz, kereviz, mantar, bezelye, sarımsak, mısır, biber, pırasa, baklagiller, çiğ sebze salatası, yeşil fasulye, ıspanak, taze fasulye filizi, domates, soğan, lahana turşusu.



Tüm çeşit fındık, yer fıstığı ve tohumlar.

Pleinvue müshil (laksatif): Bağırsakların boşaltılması

Pleinvue, bağırsaklarınızın boşaltılmasını sağlayan bir içecektir. Pleinvue ambalajında 3 poşet toz bulunmaktadır.

Dosis 1, 1 adet poşetten oluşur.

Dosis 2, A ve B olmak üzere 2 poşetten oluşur.

DİKKAT: Bu broşürdeki programa uyun ve ilacın kullanım kılavuzundaki programa göre hareket etmeyin.

Dosis 1 ve 2'nin nasıl bölüneceği, bağırsak araştırmasının zamanına bağlıdır.

Araştırmanız **17.00'den** önce mi?

O zaman Pleinvue doz 1'i, araştırmanın gününden bir gün önce saat 18.00'de içersiniz ve doz 2'yi (A+B birlikte) araştırmanın gününde araştırmadan 4 saat önce içersiniz.

Araştırmanız **17.00'den** sonra mı?

O zaman doz 1'i araştırmanın gününde saat 07.00'de kullanın.

Düzey 2'yi de araştırmanın gününde, araştırmadan 4 saat önce kullanın.

Örneğin:

Araştırmanız 17.30'da mı planlandı? O zaman Pleinvue doz 1'i araştırmanın gününde saat 07.00'de içersiniz. Bunun yanında en az 1 litre berrak içecek içmelisiniz. Pleinvue doz 2'ye saat 13.30'da başlayın.

İkinci doz Pleinvue'yi almadan önce, muhtemel bulantıya karşı bir fincan sıcak, berrak çay içmek faydalı olabilir.

Düzey 2'nin içeriğini (iki poşet) 500 ml suya çözün. Çözeltiliyi araştırmadan 4 saat önce 1,5 saat içinde için. Düzey 2'yi küçük yudumlarla, en az 1 litre berrak içeceklerle dönüşümlü olarak yavaşa için.

Araştırmadan 2 saat önce artık hiçbir şey içmemelisiniz.

Pleinvue laksatif nasıl hazırlanır?

Pleinvue'yu hazırlama şekli Şekil 3'te, 4. sayfada belirtilmiştir.

Pleinvue dosis 1

Gerekenler:

- Pleinvue'nun Dosis 1'i
- 500 ml su
- En az 500 ml kapasiteli ölçü kabı
- Karıştırmak için çırpıcı, kaşık veya çatal

Hazırlanma şekli:

- Poşetin içeriğini 500 ml suya ekleyin ve toz tamamen çözülene kadar karıştırın (yaklaşık 8 dakika).

Bu karışımı yavaşa ve küçük yudumlarla içmelisiniz. Bunun yanında en az 1 litre su veya diğer karbonat içermeyen berrak sıvılar içmelisiniz, örneğin çay, elma suyu, süzölmüş berrak et suyu veya meyve suyu. Suyu Pleinvue'yu içtikten önce veya sonra içebilirsiniz, ancak Pleinvue ve 1 litrelik içeceği 1,5 saat içinde tamamlamalısınız.

Bu noktadan sonra sadece berrak sıvılar içmelisiniz. Bağırsaklarınızın daha temiz olması için ne kadar çok içerseniz o kadar iyi olur.



Pleinvue dozu 2 (tetkikten 4 saat önce)

Gerekenler:

- Pleinvue'nun doz 2'si (2 poşet: A ve B)
- 500 ml su
- En az 500 ml kapasiteli ölçü kabı
- Karıştırmak için çırpıcı, kaşık veya çatal

Hazırlanma şekli:

- Araştırmadan 4 saat önce bir fincan sıcak, berrak çay içmeye başlayın. Bu, olası bulantıya karşı yardımcı olur.
- Bu arada her iki poşetin içeriğini de 500 ml suya ekleyin. Toz tamamen çözülene kadar karıştırın.
- Bu dozu da yavaşça ve küçük yudumlarla için. Bunun yanında en az 1 litre su veya diğer berrak sıvılar içmelisiniz, örneğin çay, elma suyu, süzölmüş berrak et suyu veya meyve suyu. Bu içecekleri Pleinvue içtikten sonra veya ondan sonra içebilirsiniz, ancak Pleinvue ve 1 litrelik içeceği 1,5 saat içinde tamamlamalısınız.
- Bundan sonra sadece karbonat içermeyen berrak içecekler içebilirsiniz. Bu noktada da hem doz 2'yi hem de 1 litrelik içeceği 1,5 saat içinde bitirmeniz gerekmektedir.

Önemli Uyarı:

Pleinvue bağırsakları (çok) fazla ve bazen ani ve hızlı bir şekilde boşaltabilir. Bu nedenle evde kalmanızı sağlayın ve olası diğer randevularınızı ayarlarken buna dikkat edin.

Şekil 3. Pleinvue hazırlama yöntemi

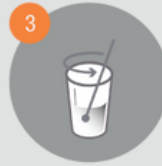
Bir Pleinvue kutusu üç poşet içerir: bir büyük (doz 1) ve iki küçük (doz 2). Çözöldüğünde Pleinvue, buzdolabında 24 saat saklanabilir.



Dosis 1'i (büyük olanı) bir ölçü kabına dökün.



500 ml su ekleyin.



Toz tamamen çözünene kadar karıştırın. Bu yaklaşık 8 dakika sürebilir.



İkinci alım anında doz 2 (iki küçük poşet) için bu adımları tekrarlayın.

Pleinvue içerken dikkat edilmesi gerekenler:

- Pleinvue'yu yavaş ve küçük yudumlarla için. Bu, mide bulantısı riskini azaltır.
- Pleinvue'yu soğuk içmek daha iyidir.
- Pleinvue içerken ara sıra, örneğin çay, su veya limonata gibi diğer berrak sıvılarla küçük yudumlar alın.
- Gerektiğinde, sıvıyı çok hızlı içmemek için kapanabilir bir pipetli şişe kullanabilirsiniz.
- Arada sırada, tadı ağızdan uzaklaştırmak için sorbitolsüz sakız kullanabilirsiniz.
- Pleinvue'yu pipetle için.
- Laksatif etkisi için bol miktarda berrak içecek içmelisiniz. Sadece su içmeyin, bu vücuttaki tuz dengesini bozabilir ve sağlık sorunlarına yol açabilir. Su içmeyi, örneğin çay, elma suyu veya et suyu gibi diğer içeceklerle değiştirin.
- Laksatif sürecinde hareket etmeye devam edin.
- Eğer mide bulantısı hissediyorsanız, kısa bir mola verin ve mide bulantınız biraz geçtikten sonra içmeye devam edin.
- Bu broşürdeki talimatları takip etmek önemlidir, Pleinvue'un kullanma talimatlarına değil.

Hazırlık ne zaman bitecek?

Hazırlık tamamlandığında, Pleinvue ve berrak sıvıları içtikten sonra dışkıınız açık renkte ise (Şekil 4'e bakınız). Eğer dışkı halen berrak değil ise, 08:00'den itibaren 088-8884555 numaralı telefonla iletişime geçiniz. **Bu, acil tıbbi yardım hattı değildir (iş saatleri dışında).**

Şekil 4. dışkı renkleri



Dikkat!

Pleinvue'nun ilk dozunu aldıktan sonra dışkıınız berrak hale gelebilir. Yine de mutlaka ikinci yarım litre Pleinvue'yu içmelisiniz, çünkü dışkı besin artıkları ve sindirim sıvıları nedeniyle tekrar bulanık hale gelebilir.

Kılavuz Videosu

Halen tam olarak anlaşılmadı mı? Bu bağlantıdan daha fazla bilgi alabilirsiniz:

https://polidirectstaging.medify.eu/polimdl/index_poli-colo-2_nl.html#m=custom_207&panel=207

Araştırma günü kontrol listesi:

- ✓ Rahat kıyafetler giyin (Tercihen kısa kollu bir gömlek giymeyi tercih edin)
- ✓ Yanınıza temiz iç çamaşırı alın
- ✓ PoliDirect'e ulaşımınızı, sizi eve kadar eşlik edebilecek biri tarafından sağlayın (yani taksi değil)
- ✓ Eğer bir sedasyon veya ağrı kesici aldıysanız, ilk 24 saat boyunca araç kullanmayın

Sonuçlar:

Araştırmanın gününde doktorla sonuçları tartışmak için bir telefon görüşmesi planlanacaktır. Bu görüşme, araştırmadan 1 ila 2 hafta sonra yapılacaktır.

Ek bilgiler

İlaçlar ve doğum kontrol hapları

İlaç kullanıyor musunuz? Son içeceğinizi tükettikten hemen sonra, ancak en geç tetkikten iki saat önce ilacınızı alın.

Dikkat:

- Özellikle yüksek tansiyon için ilaç kullanıyorsanız, tetkikten önce bu ilacı almaya devam etmek önemlidir. Laksatif kullanımı ilaçların etkisini azaltabilir. Bunu göz önünde bulundurun. Aynı durum doğum kontrol hapları için de geçerlidir. Bu nedenle bir sonraki adet dönemimize kadar ek doğum kontrol yöntemleri kullanın. Kan sulandırıcı ilaçlar kullanıyorsanız ve antikoagülan kliniği tarafından kontrol altında iseniz, kan sulandırıcı ilacınızı ne zaman bırakmanız ve endoskopi sonrası ne zaman tekrar başlamanız gerektiğini onlarla görüşün.

Diyabet:

Diyabetiniz var mı ve bunun için tablet veya insülin kullanıyor musunuz?

- (Pratisyen) hekiminiz/diyabet hemşireniz ile ilaç planınızın nasıl ayarlanması gerektiğini tartışın.
- Tetkikten önce evde kan şekerinizi bir kez daha kontrol edin.
- İnsulin kaleminizi ve kan şeker ölçüm cihazınızı PoliDirect'e getirin.
- Araştırmadan sonra size bir croissant verilecektir, ancak kan şekeri seviyeniz düşükse size yardımcı olacak ek bir şey getirebilirsiniz.

Sigara

Tetkikten iki saat önce sigara içmeyi bırakmalısınız.

Olası yan etkiler

Pleinvue içtikten sonra mide bulantısı, şişkinlik, baş ağrısı veya karın ağrısı hissedebilirsiniz. Bu normaldir. Bu tür şikayetleriniz için tetkikten iki saat öncesine kadar parasetamol alabilirsiniz (günde maksimum 6 kez 500 mg). Ayrıca üşüme hissi normaldir ve anüs çevresinde hafif tahriş oluşabilir. **Dikkat:** Tetkik öncesinde anüsünüze vazelin gibi yağlı merhemler sürmeyiniz.

Belirttiğiniz şikayetlerden herhangi biriyle karşılaşırsanız hemen bizimle iletişime geçin:



- Ciddi kan kaybı (bir fincandan fazla)
- Şiddetli karın ağrısı
- Sürekli kusma
- Ani cilt döküntüsü veya kaşıntı
- Nefes darlığı
- Yüz ve/veya dilinizin şişmesi

Bize ulaşabileceğiniz telefon numaramız: **088 - 88 84 555**.
Müsaitlik ve çalışma saatleri hakkında bilgi almak için web sitemiz polidirect.nl/contact adresini ziyaret edin.rumlarda seçenек 1'i seçin.

PoliDirect

PoliDirect

T: 088 888 45 55

W: www.polidirect.nl

E: info@polidirect.nl

