

PAKSUSUOLEN (KOLONOSKOPIA) JA PAKSUSUOLEN LOPPUOSAN(SIGMOIDEOSKOPIA) TÄHYSTYS

TUTKIMUKSEN SUORITUS

Paksusuolen tähystys tehdään taipuisalla tähystimellä, joka viedään peräaukon kautta paksusuoleen. Paksusuolen tähystyksessä pyritään katsomaan koko paksusuoli. Tähystintä eteenpäin vietäessä suolen venyminen saattaa tuntua epämiellyttävältä. Tarvittaessa teitä lääkitään, joten varautukaa siihen, että ette ole ajokykyinen tähystyksen jälkeen.

Huomioikaa, että endoskopiassa hoidetaan myös kiireellisiä päivystyspotilaita, mikä saattaa aiheuttaa muutoksia aikatauluun. Varatkaa runsaasti aikaa käyntiänne varten.

TUTKIMUKSEN ESIVALMISTELUT

LÄÄKKEET

Viikkoa ennen tutkimusta:

Olkaa yhteydessä endoskopiayksikköön, jos Teillä on veren hyytymiseen vaikuttava lääkitys

Lopettakaa mahdollinen rautalääkitys ja lääkekuitu esimerkiksi Vi-Siblin, Agiocur.

Tutkimusta edeltävänä päivänä:

Voitte ottaa aamulääkkeenne normaalisti aamulla. Ottakaa säännöllisesti käyttämänne iltalääkkeet noin tunnin kuluttua tyhjennysaine annoksen juomisesta.

Tutkimuspäivän aamuna:

Voitte ottaa lääkkeenne noin tunnin kuluttua tyhjennysaine annoksen juomisesta.

Diabeteslääkkeet:

Liitteenä erillinen ohje

RUOKAVALIO

Kolonoskopia tutkimuksen luotettavan onnistumisen edellytys on hyvä suolen tyhjennys. Siksi seuraavia ohjeita on noudatettava tarkasti!

Viikkoa ennen tutkimusta

Jättäkää ruokavaliostanne pois siemeniä sisältävät marjat, hedelmät ja vihannekset sekä kokonaisia siemeniä sisältävät leivät ja pellavan siemenet.

Jos Teillä on ummetusta, aloittakaa vatsanpehmikkeen käyttö, esimerkiksi Movicol® tai Colonsoft®. Ummetus on kyseessä, kun suoli tyhjenee harvemmin kuin joka toinen päivä tai jos ulostus on niin kiinteää, että ulostaminen on vaikeaa.

Kaksi päivää ennen tutkimusta

Keventäkää ruokavaliotanne ja juokaa runsaasti nesteitä. Syödä saa esimerkiksi kuorittuja hedelmiä ilman siemenkotia, lihaleikkeleitä, perunaa, kalaa, kanaa, makaronia, valkoista riisiä, kala- tai kasviskeittoa, puuroja, mehukeittoja joista siemenet on siilattu pois, vaaleaa leipää, jogurttia, viiliä, vaniljajäätelöä.

Appelsiinia, vihanneksia ja raakoja juureksia sekä tummaa leipää ei saa enää syödä.

Juomiset

Kirkkaita nesteitä tulee nauttia koko tyhjennyksen (kahden päivän) aikana yhteensä vähintään 4 litraa nestetasapainon säilyttämisen vuoksi ja suolen tyhjentymisen onnistumiseksi. Huolehtikaa tyhjennyksen aikana riittävästä kalorimäärästä juomalla energiapitoisia kirkkaita nesteitä.

Kirkkaalla nesteellä tarkoitetaan kirkasta keittoa, lihalientä tai keittoa, joka on siivilöity kiinteiden ainesosien poistamiseksi, hedelmämehua, jossa ei ole mukana hedelmälihaa (mutta ei punaista tai purppuran väristä mehua), vettä, kirkkaita virvoitusjuomia, teetä tai kahvia ilman maitoa tai kermaa

PAKSUSUOLEN TYHJENNYSOHJE (Picoprep-tyhjennyslääkkeellä, saa ilman reseptiä)

TUTKIMUSTA EDELTÄVÄNÄ PÄIVÄNÄ

KLO 13 syökää kevyt lounas. Lounaan jälkeen ette saa syödä kiinteää ruokaa ennen tutkimusta. Juokaa kirkkaita nesteitä koko tyhjennyksen ajan tutkimukseen saakka.

Ensimmäinen Picoprep annos:

Juodaan klo 18 – 19

Picoprep annosjauhepussi sekoitetaan 1,5 desilitraan vettä. Sekoittakaa liuosta noin 2 minuuttia ja sen jälkeen juokaa liuos. Tämän jälkeen pitääkö puolen tunnin tauko, jonka jälkeen voitte alkaa juomaan kirkkaita nesteitä. Ennen nukkumaan menoa juokaa 2 litraa kirkkaita nesteitä.

TUTKIMUSPÄIVÄNÄ

Toinen Picoprep annos:

Juodaan klo 5-9, siten että tyhjennysnesteiden juomisen ja tutkimuksen väliin jää ainakin 4 (neljä) tuntia!

Sekoittakaa toinen Picoprep annosjauhepussi 1,5 desilitraan vettä. Sekoittakaa liuosta noin 2 minuuttia ja sen jälkeen juokaa liuos. Tämän jälkeen pitääkö puolen tunnin tauko, jonka jälkeen voitte alkaa juomaan kirkkaita nesteitä. Ennen tutkimusaikaa juokaa vähintään 2 litraa kirkkaita nesteitä.

TUTKIMUKSEN JÄLKEEN

Tutkimuksen jälkeen saatte syödä ja juoda normaalisti. Liikkuminen edistää ilman poistumista suolesta.

Ottakaa yhteyttä tutkimusyksikköön puh. 015 351 2316 tai päivystysaikana kansallisen päivystysavun numeroon 116 117, jos teillä tutkimuksen jälkeisenä vuorokautena ilmenee runsasverisiä ulosteita, voimakasta vatsakipua tai kuumetta.

DIABEETIKON OHJE PAKSUSUOLEN TÄHYSTYKSEEN TULLESSA

Mikäli teillä on insuliinihoitoinen diabetes, tulisi teidän kiinnittää erityistä huomiota riittävän energian saamiseksi tyhjennyksen yhteydessä.

Kirkkaiden nesteiden tulee olla **sokeripitoisia** ja suositeltavaa on juoda myös esimerkiksi lihalientä, jotta saatte sokerin lisäksi rasvaa energianlähteeksi. Näin sokeritasapainonne pysyy vakaamana.

Mikäli Teillä on käytössänne myös tabletit sokeritaudin hoitoon, on niiden käyttö tauotettava tutkimusta edeltävänä iltana klo 18. Mikäli otatte tabletin aamuisin, jättäkää tutkimuspäivänä lääke ottamatta.

Pitkävaikutteisesta insuliinista voitte pistää ½ **annoksen tutkimuspäivän aamuna** (jos normaalisti käytätte pitkävaikutteista insuliinia aamuisin). Lyhytvaikutteisista insuliinia tulee pistää harkiten.

Tarkkailekaa sokeritasapainoa 2 tunnin välein ennen tutkimusta ja vielä tutkimuksen jälkeen niin kauan kunnes sokeritasapaino on saavutettu.

Tyhjennyspäivänä ja tutkimuspäivänä suositeltava verensokeritaso on **6-10 mmol/l**. Verensokerin tulee olla mieluummin hieman yläkantissa, jotta vältytte verensokerin äkilliseltä laskulta.

Tarvittaessa voitte olla yhteydessä omaan diabeteshoitajaanne.