

Tervetuloa tähystystoimenpiteeseen Endoskopiayksikköön

Suolen hyvä tyhjentyminen on edellytys onnistuneelle tähystykselle, joten noudata tämän kirjeen tyhjennysohjeita.

Nouda tyhjennykseen tarvittava Colonsteril -tuote omalta hyvinvointiasemalta tai -keskuksesta, vastaanoton asiakaspalvelusta.

Colonsteril on sinulle maksuton esittäessäsi tämän saatekirjeen hakiessasi tuotteita.

Haettu päivä ____ . ____ . 20 _____

Tarvitset tuotetta 4 kappaletta. Mikäli kärsit ummetuksesta, tarvitset tuotetta 7 kappaletta.

Terveisin, Endoskopiayksikkö

PAKSUSUOLEN(KOLONOSKOPIA) JA MAHALAUKUN (GASTROSKOPIA) 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-OHJE

Suolen hyvä tyhjentyminen on edellytys onnistuneelle tähystykselle, joten noudatattehan tyhjennys-ohjeita.

Viikko ennen tähystystä:

Älkää syökö

- marjoja tai hedelmiä, jotka sisältävät siemeniä (esim. vadelma, mustikka, viinirypäle, tomaatti)
- leipätuotteita, joissa on jyviä

Jos kärsitte ummetuksesta, aloittakaa vatsanpehmitteen (esim. Duphalac, Movicol) päivittäinen käyttö viikkoa ennen tutkimusta. Ummetus on kyseessä, kun suoli tyhjenee harvemmin kuin joka toinen päivä tai jos ulostus on niin kiinteää, että ulostaminen on vaikeaa

Kaksi päivää ennen tähystystä:

- Keventäkää ruokavaliotanne ja juokaa runsaasti nesteitä
- 2 vrk ennen tähystystä saa syödä esimerkiksi kuorittuja hedelmiä ilman siemenkotia, lihaleikkeleitä, hedelmätuoremehuja, perunaa, kalaa, kanaa, makaronia, valkoista riisiä, kala- tai kasviskeittoa, puuroja, mehukeittoja josta on siemenet siilattuna pois, teetä, kahvia, vaaleaa leipää, jogurttia, viiliä, vaniljajäätelöä
- Appelsiinien, vihannesten ja raakojen juuresten syömistä tulisi välttää kahtena päivänä ennen tähystystä, samoin tumman leivän ja kuitulisän.

TYHJENNYS-OHJE

Tyhjennys tapahtuu Colonsteril- liuoksella. Colonsterilia juodaan 4 litraa. Tyhjennyksen loputtua suolesta tuleva neste on ”kirkasta”. Jos kärsitte ummetuksesta, juokaa tarvittaessa Colonsterilia jopa 6-7 litraa.

Tähystystä edeltävänä päivänä

- Runsas juominen on eduksi suolen tyhjentymiselle. **Saatte juoda** esim. vettä, kahvia, teetä, kirkkaita mehuja ja lihalientä.
- Syökää kevyt lounas n. klo 13. Lounaan jälkeen ette saa syödä kiinteää ruokaa ennen tutkimusta.

Colonsteril-liuoksen juominen

- Juokaa Colonsteril-liuosta 2 litraa tutkimusta edeltävä iltana klo **18.00 - 21.00**
- Juokaa Colonsteril-liuosta tutkimus aamuna 2 litraa klo **4.00 - 8.00**

Tyhjennysainelasillisten välillä voitte juoda kirkkaita nesteitä. Kirkkailla nesteillä tarkoitetaan vettä, lihalientä, hedelmämehua, jossa ei ole hedelmälihaa (ei punaista tai purppuran väristä), teetä, kahvia (ilman maitoa tai kermaa) ja kirkkaita poreilevia tai poreilemattomia juomia, esim. virvoitusjuomia.

Suolen tyhjentyminen alkaa noin 1-2 tunnin kuluessa juomisen aloittamisesta. Ellei suoli ole toiminut juotuanne 2 litraa, pitäkää tauko, liikkukaa ja jatkakaa juomista vasta, kun suoli on toiminut. Juomista on syytä hidastaa myös silloin, jos alatte tuntea pahoinvointia tai vatsakipua.

Tähystyspäivänä

Lopettakaa juominen kaksi (2) tuntia ennen tutkimusaikaa

Tähystyksen jälkeen

Tähystyksen jälkeen voitte syödä ja juoda sekä ottaa lääkkeet normaalisti, suosittelimme aloitusta kevyellä ruualla. 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 vakaampana.

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 $\frac{1}{2}$ **annoksen tutkimuspäivän aamuna** (jos normaalisti käytätte pitkävaikutteista insuliinia aamuisin). Lyhytvaikutteista 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.