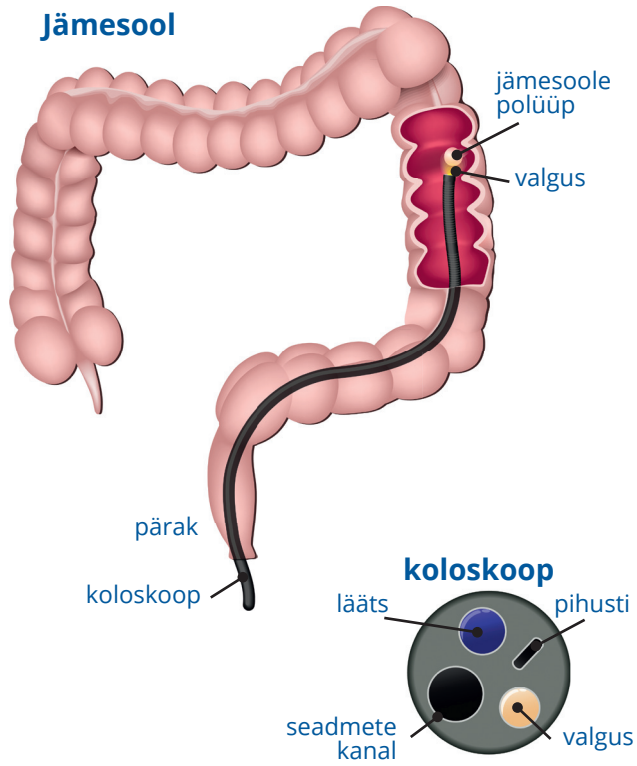
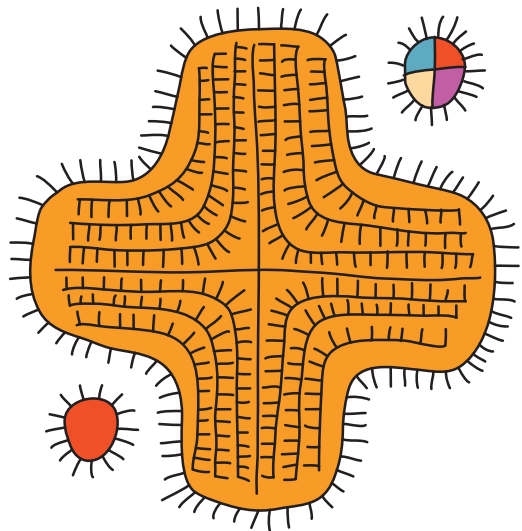


## Mis on koloskoopia?



### Mis on koloskoopia?

Koloskoopia on jämesoole endoskoopia, mis võimaldab arstil uurida jämesoolt painduva torukujulise videokaameraga varustatud instrumendi ehk endoskoobi abil. Uuring võimaldab jämesooles leida silmaga nähtavaid haiguslikke muutusi. Koloskoopia on täpsem kui jämesoole röntgenuuring ning võimaldab vajadusel võtta uuringu käigus biopsiaid ehk koeproove, mida hiljem saab mikroskoobiga uurida. Koloskoopia läbiviimiseks peab jämesool olema roojast puhas. Soole põhjalik ettevalmistus on seetõttu väga oluline.

## Ettevalmistused koloskoopia-uuringuks

### NÄDAL ENNE KOLOSKOOPIAT:

- Jälgige oma toitumist!
- Ei tohi süüa punast peeti ega tomatit, seemneid sisaldavaid puuvilju ega marju ning täis teratooteid (täisteraleivad, seemnetega saiad).
- Ei tohi tarvitada raua- ega söetablette.
- Olge kehaliselt aktiivne, et ergutada seedetegevust.

### 48 TUNDI ENNE KOLOSKOOPIAT:

- Süüa tohib väikese kiudainesisaldusega toitu.
- Söögiks sobivad keedetud või aurutatud valge kala, keedetud kana, munad, juust, sai, või, margariin, küpsised, kartul, puljong, seemneteta jogurt.
- Juua tuleb palju. Joogiks sobivad peale vee ka puljong, kissell ja mahl.
- Ei soovitata süüa kiudainerikkaid toite nagu punane liha, punane kala, puuviljad, juurviljad, seemned, pähklid, täisteratooted, sh täisteraleivad.

### KOLOSKOOPIALE EELNEVAL PÄEVAL:

- Hommikusöögiks võib süüa kerge kiudainetevaba eine. Valida võite eelmisel päeval lubatud toitude seast. Kui joote hommikusöögi kõrvale kohvi või teed, võite soovi korral lisada veidi piima või kohvikoort. Seejärel ei tohi kuni koloskoopiani süüa, küll aga peab piisavalt jooma.
- Juua tohib kogu päeva vältel. Joogiks sobivad ainult selged vedelikud nagu vesi, kohv, tee, mahl, puljong. Lubatud on ka magusainetega ja gaseeritud joogid (limonaad, mineraalvesi).

Ei tohi juua piima, läbipaistmatuid jooke, punaseid või muid tugeva värvusega jooke, viljalihaga või sademega vedelikke ega alkoholi.

- Alustage soolepuhastusravimi kasutamist, mille saite oma perearstilt. Lugege tähelepanelikult soolepuhastusravimi pakendis olevat infolehte ja tegutsege vastavalt infolehes kirjeldatud juhistelet.

### KOLOSKOOPIA TOIMUMISE PÄEVAL:

- Koloskoopia toimumise päeval ei tohi süüa. Joomise kohta küsige oma arstilt.
- Uuringu lõppedes võite tavapäraselt süüa ja juua.

## Soolepuhastuslahuse valmistamine

Oma perearstilt saate ravimipaki. Pakis on kaks läbipaistvat kotti. Mõlemad läbipaistvad kotid sisaldavad omakorda kotikest A ja kotikest B, mis on ette nähtud lahustamiseks ühes liitris vees. Järelikult saate tervest ravimipakist valmistada kaks liitrit lahust.

- Avage üks läbipaistev kott ja võtke sellest välja kotikesed A ja B.
- Lisage nii A- kui ka B-kotikese sisu anumasse, mille mahutavus on vähemalt üks liiter.
- Valage anumasse üks liiter vett ja segage, kuni kogu pulber on lahustunud ning lahus on selge või kergelt hägune. Selleks võib kuluda kuni viis minutit.

### Soolepuhastuslahuse joomine

- Esimene liiter lahust tuleb juua ühe kuni kahe tunni jooksul. Püüdke juua klaasitäis iga 10–15 minuti järel. Võite juua kaks liitrit lahust koloskoopiale eelneval öhtul (näiteks kl 14–16) või kaks liitrit koloskoopia päeva hommikul.

- Kui alustate ühe liitri lahuse joomist koloskoopiale eelneval öhtul, jääb teise liitri joomine järgmiseks hommikuks ehk uuringu toimumise päeva varahommikuks.

Selle ravikuuri käigus tuleb teil juua lisaks veel vähemalt üks liiter selget vedelikku. Vesi, selge supp, puuviljamahl (ilma viljalihata), karastusjogid, tee või kohv (ilma piimata) – need kõik sobivad. Neid jooke võite juua igal ajal, kui soovite.

Lahuse ning mistahes muu selge vedeliku kasutamine tuleb lõpetada vähemalt kaks tundi enne koloskoopia algust.

## Ravimite tarvitamine enne koloskoopia

Kui tarvitate igapäevaselt ravimeid, siis tuleb enne uuringut ja lahuse joomist konsulteerida oma perearstiga.

Nädal aega enne uuringut tuleb lõpetada raua- ja söetablettide võtmine.

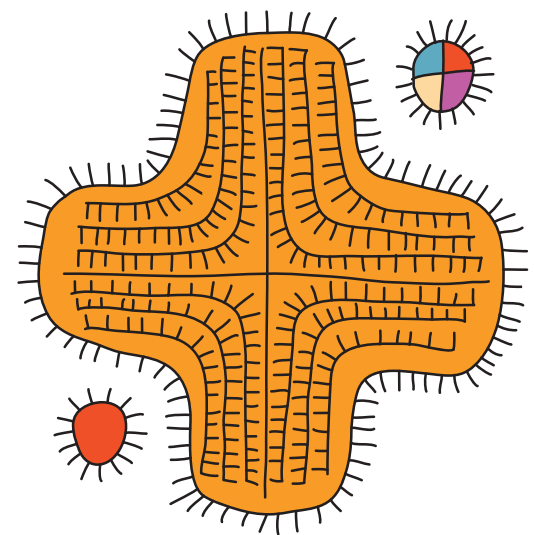
**Aspiriini** tarvitamist võib jätkata.

**Warfarini** (Marevani) tarvitamisel võib perearst eelnevalt mõõta vere hüübivusvõimet.

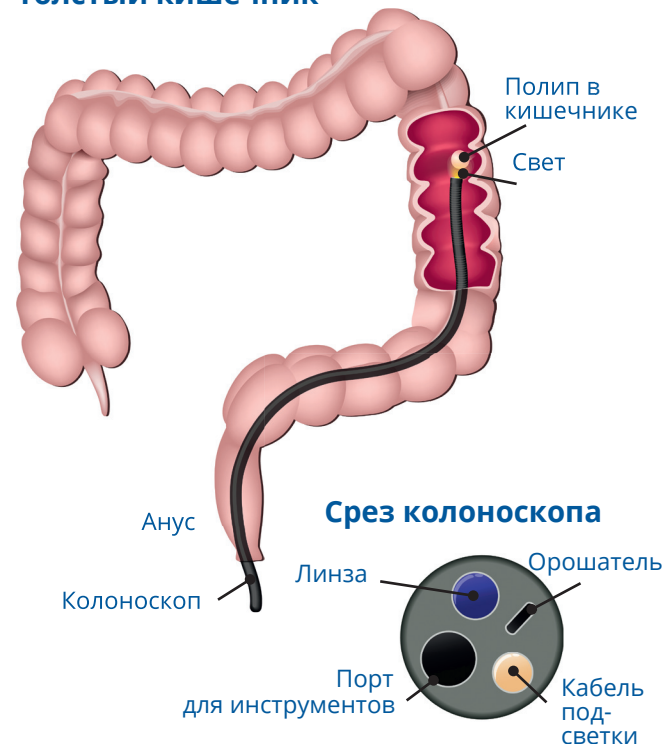
### Diabeetikute ettevalmistused uuringuks:

- Diabeediravimite tarvitamisel on soovitatav valida hommikune koloskoopiauuringu aeg.
- Uuringule eelneval päeval tuleb ravimite tarvitamisel lähtuda veresuhkru tasemest, süsivesikute kogusest ja füüsilisest koormusest.
- Ravi pikatoimelise insuliiniga ei tohi katkestada, vajadusel võib pikatoimelise insuliini annust vähendada.
- Uuringu toimumise päeval ei tohi süstida lühitoimelist insuliini ega võtta tablette.

## Что такое колоноскопия?



Толстый кишечник



### Что такое колоноскопия?

Колоноскопия – это эндоскопическое обследование толстой кишки, которое позволяет врачу исследовать толстый кишечник с помощью видеокамеры, помещенной в гибкую трубку (эндоскопа). Обследование позволяет найти видимые глазу патологические изменения в толстом кишечнике. Колоноскопия является более точным методом обследования, чем рентгеновское обследование толстого кишечника, и при необходимости позволяет также взять в ходе обследования биопсию, т.е. пробу ткани, которые можно позднее изучить детально с помощью микроскопа. Для проведения колоноскопии толстая кишка должна быть очищена от кала. Поэтому основательная подготовка кишечника к процедуре очень важна.

### Подготовка к проведению колоноскопического обследования

#### ЗА НЕДЕЛЮ ДО КОЛОНОСКОПИИ:

- Отслеживайте свое питание!
- Нельзя есть красную свеклу, помидоры, фрукты и ягоды, содержащие семена, продукты, содержащие грубые волокна (хлеб из муки грубого помола, булочные изделия с семенами).
- Нельзя принимать таблетки, содержащие железо и уголь.
- Будьте физически активны, чтобы активировать процесс пищеварения.

#### ЗА 48 ЧАСОВ ДО КОЛОНОСКОПИИ НУЖНО СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРЕДПИСАНИЯ:

- Есть можно только пищу с низким содержанием клетчатки.
- Для подобной диеты подходят отваренная (можно на пару) белая рыба, вареная курица, яйца, сыр, булки, масло, маргарин, печенье, картошка, бульон, йогурт без добавления семян.
- Нужно пить много жидкости. В качестве питья подходят бульон, кисель и сок.
- Не рекомендуется есть пищу, насыщенную клетчаткой – такую как красное мясо, красная рыба, фрукты, овощи, грибы, орехи, продукты, содержащие грубые пищевые волокна (например, хлеб из муки грубого помола).

#### В ДЕНЬ, ПРЕДШЕСТВУЮЩИЙ КОЛОНОСКОПИИ:

- На завтрак можно есть легкие блюда, не содержащие грубые пищевые волокна. Можно выбрать тот вид продуктов, который был разрешен в предыдущий день. Если Вы пьете утром чай или кофе, то по желанию Вы можете добавить в них немного молока или сливок. После этого на протяжении всего периода до проведения колоноскопии Вам больше нельзя ничего есть, но необходимо пить достаточное количество жидкости.
- Пить можно в течение целого дня. Для питья подходят только прозрачные жидкости

(такие как вода, кофе, чай, сок, бульон). Разрешено пить подслащенные и газированные напитки (лимонад, минеральная вода). Нельзя пить молоко, непрозрачные напитки, алкоголь, красные или другие сильно окрашенные напитки, а также напитки с мякотью или осадком.

- Начните прием лекарства для очищения кишечника, которое Вы получили от своего семейного врача. Внимательно прочитайте информационный листок, находящийся в упаковке лекарства, предназначенного для очищения кишечника, и начните их прием согласно руководству, описанному в информационном листке.

#### В ДЕНЬ ПРОВЕДЕНИЯ КОЛОНОСКОПИИ:

- В день проведения колоноскопии нельзя есть. По поводу разрешенных видов напитков посоветуйтесь со своим врачом.
- По окончании обследования можно начать принимать обычную пищу и пить как обычно.

#### Подготовка раствора для очищения кишечника

Ваш семейный врач выдаст Вам упаковку с лекарством. В упаковке Вы найдете два прозрачных пакета. В обоих прозрачных пакетах в свою очередь находится два небольших пакетика – один с отметкой “А”, и второй – с отметкой “В”. Для получения раствора к содержимым обоих пакетиков с отметками “А” и “В” необходимо добавить один литр воды. Таким образом Вы сможете приготовить два литра раствора.

- Откройте один прозрачный пакет и достаньте из него два пакетика – один с отметкой “А”, и второй – с отметкой “В”.
- Добавьте содержание пакетиков “А” и “В” в ёмкость, вместимость которой составляет не менее одного литра.
- Налейте в ёмкость один литр воды и тщательно перемешайте до тех пор, пока порошок полностью не растворится и раствор не станет прозрачным или слегка мутным. На это может уйти до пяти минут.

#### Прием раствора для очищения кишечника

- Первый литр раствора нужно выпить в течение одного- или двухчасового периода времени. Старайтесь выпивать один стакан через каждые 10-15 минут. Вы можете выпить два литра раствора в течение вечера, предшествующего дню проведения колоноскопии (например между 14:00 и 16:00) или же два литра раствора утром в день проведения колоноскопии.
- Если Вы начнете пить раствор вечером в день, предшествующий дню проведения колоноскопии, и выпьете только один литр, то второй литр раствора нужно будет выпить к утру следующего дня – то есть начать пить раствор очень рано утром в день проведения колоноскопии.

#### Прием лекарств до колоноскопии

Если Вы каждый день принимаете лекарства, то перед обследованием и приемом раствора нужно проконсультироваться со своим семейным врачом.

За неделю до проведения обследования нужно прервать прием таблеток, содержащих железо и уголь.

Прием аспирина можно продолжить.

При приеме варфарина (Маревана) семейный врач должен будет предварительно измерить уровень свертываемости крови.

#### Подготовка диабетиков к обследованию:

- При приеме лекарств от диабета колоноскопию рекомендуется проводить утром.
- За день до проведения колоноскопии при приеме лекарств нужно исходить из уровня сахара в крови, содержания углеводов и физического состояния.
- Лечение инсулинами длительного действия нельзя прерывать, при необходимости уровень дозы длительного инсулина можно уменьшить.
- В день проведения обследования нельзя делать инъекции инсулина короткого действия и принимать таблетки.