INFORMACJE PRZED KOLONOSKOPIĄ

O WSZELKIE DODATKOWE INFORMACJE NALEŻY POPROSIĆ LEKARZA.

Jak przygotować się do KOLONOSKOPII?

Aby umożliwić precyzyjne badanie i wykonać użyteczne czynności terapeutyczne, jelito musi być idealnie czyste. W związku z tym konieczne jest dokładne przygotowanie jelita przed badaniem.
Należy ściśle przestrzegać otrzymanych instrukcji dotyczących preparatu oczyszczającego jelita. Ponadto w dniu zabiegu należy pozostawać na czczo, powstrzymując się od picia, jedzenia oraz palenia tytoniu.
Jeśli pacjent przyjmuje leki, ich działanie może zostać zmienione przez preparat (dotyczy to również pigułek antykoncepcyjnych). Należy pamiętać o konieczności przekazania lekarzowi wszelkich informacji dotyczących wywiadu lekarskiego i przyjmowanych zazwyczaj leków.

Jaka jest użyteczność kolonoskopii?

To badanie jest złotym standardem diagnostyki chorób jelita grubego. Umożliwia ono także pobranie próbek (biopsyjnych) do analizy mikroskopowej i zapewnia możliwości leczenia (np. usunięcie polipów).
W niektórych przypadkach badanie może być niepełne i może być konieczne wykonanie dodatkowych badań. Niestety niewielkie zmiany są czasami pomijane, zwłaszcza jeśli przygotowanie nie było idealne.
Kiedy rozmiar i zagnieżdżenie w jelicie to umożliwiają, polipy można usunąć podczas kolonoskopii i pobrać je do analizy. Jeśli jest ich zbyt wiele, konieczne może być wykonanie kolonoskopii uzupełniającej.
Usunięcie polipów nie zapobiega możliwości ich ponownego wystąpienia i dlatego konieczne może być wykonywanie kolonoskopii kontrolnych. W takiej sytuacji lekarz przekaże istotne informacje po kolonoskopii.

W jaki sposób przeprowadzona zostanie kolonoskopia?

Kolonoskop to giętkie urządzenie, które zostanie wprowadzone przez odbyt. Podczas badania wtłoczone zostanie powietrze lub CO_2, aby doprowadzić do rozwinięcia ścian jelita. W związku z tym po badaniu możliwe jest występowanie uczucia wzdęcia i potrzeby pozbycia się gazów.
Pomiędzy pacjentami kolonoskop jest dezynfekowany, a użyte akcesoria są niszczone (sprzęt jednorazowy) lub sterylizowane.
Aby zabieg był lepiej tolerowany, często proponuje się znieczulenie ogólne lub głęboką sedację. W takiej sytuacji przed kolonoskopią odbywa się konsultacja lekarska.
W rzadkich przypadkach pacjent może zostać poproszony o poddanie się kilkugodzinnej lub kilkudniowej hospitalizacji w celu obserwacji lub w przypadku wystąpienia powikłań.
Zazwyczaj można wrócić do domu po upływie kilku godzin. Jeśli zastosowano sedację, konieczne będzie przybycie z osobą towarzyszącą.

Jakie powikłania mogą wystąpić w trakcie badania lub po nim?



- Kolonoskopia, jak każde badanie inwazyjne, niesie za sobą ryzyko powikłań, jednak zdarzają się one rzadko.
- Najczęściej odczuwanymi objawami są wzdęcia i ból brzucha.
- Wskazane jest stosowanie diety lekkostrawnej ubogoresztkowej, czyli z ograniczeniem błonnika pokarmowego.
- Ważne jest regularne jedzenie posiłków o małej objętości.



Aby odpowiednio oczyścić jelito przed kolonoskopią należy na 3-4 dni przed badaniem zrezygnować z jedzenia nasion (słonecznik, pestki dyni), pieczywa zawierającego nasiona oraz owoców i przetworów zawierających pestki (truskawki, kiwi, maliny itp.). Dzień przed rozpoczęciem przygotowania do badania należy zadbać o odpowiednią dietę (DIETA UBOGORESZTKOWA), a także przyjąć przepisany przez lekarza preparat, zgodnie z przekazanymi instrukcjami. Taką dietę należy stosować, ponieważ niestrawione resztki pokarmowe mogą ograniczać pole widzenia oraz zaburzać dokładność i skuteczność kolonoskopii.

Co to jest DIETA UBOGORESZTKOWA?

Błonnik jest składnikiem żywności, który nie jest trawiony w jelicie cienkim, nie jest wchłaniany przez organizm oraz dociera do jelita grubego. Wykazano, że stosowanie diety ubogoresztkowej w dniu (dniach) poprzedzających badanie kolonoskopowe poprawia jakość kolonoskopii i, w ten sposób, jej wyniki. Dzień przed kolonoskopią zaleca się przyjmowanie zwiększonej ilości płynów.

Jakie są DOZWOLONE I NIEDOZWOLONE pokarmy podczas stosowania DIETY UBOGORESZTKOWEJ?

DOZWOLONE

- Surowe masło i olej (niegotowany)
- Chude mięsa (pierś z kurczaka, jagnięcina, szynka, indyk befsztyk lub mielona wołowina)
- Gotowane jaja (na twardo i miękko)
- Świeże lub mrożone ryby, niepanierowane, pieczone w folii lub gotowane
- Ryż, makaron, kasza manna, ziemniaki (bez skórki)
- Klarowne buliony warzywne przepuszczone przez sito
- Niektóre gotowane warzywa (np. marchew)
- Sucharki, chleb bez skórki, białe pieczywo
- Sól, ocet, sok cytrynowy (BEZ PESTEK)
- Świeży ser do smarowania, twardy ser, jogurty, twarożki
- Suche ciasteczka, bezy
- Cukier i miód
- Niektóre świeże, obrane i wypestkowane owoce (np. jabłka)

NIEDOZWOLONE

- Gotowane tłuszcze (gotowane masło lub olej), wszystkie pokarmy smażone, chipsy
- Wędliny, kiełbasy, tłuste mięsa, mięsa w sosie lub gotowane w tłuszczu, skóra drobiu, podroby, mięso marynowane, smażone jaja
- Ryby puszkowane, tłuste ryby (tuńczyk, sardynki, makrela, śledź) i ryby panierowane
- Owoce morza i skorupiaki
- Gotowane lub surowe owoce, świeże lub puszkowane (np. pomarańcze)
- Surowe warzywa i grzyby
- Chleb pełnoziarnisty, musli, brązowy ryż
- Innego rodzaju pieczywo
- Ostre sosy (kapary, cebula, curry, papryka, chilli) lub przygotowane z użyciem wina, majonezu i sosu pomidorowego. Słodka śmietana. Musztarda, pikle, zioła liściaste, ostre przyprawy.
- Wszystkie inne ostre lub fermentowane sery
- Wszystkie wyroby cukiernicze, dżemy i czekolada

1. https://kolonoskopia.pl/ 2. wytyczne ESGE 2019. 3. https://www.przychodniapfg.pl/przygotowanie-do-badan