



## Τσουκάλη Εμμανουέλα MD, PhD(c)

Γαστρεντερολόγος - Ηπατολόγος - Ενδοσκόπος

Εξειδικευθείσα στο Royal London Hospital και στο University College London Hospital  
Υπεύθυνη Τμήματος Νευρογαστρεντερολογίας και Μελέτης Κινητικότητας Πεπτικού  
Ιατρικού Κέντρου Αθηνών Αμαρουσίου  
Επιστημονικός Συνεργάτης ΓΝΑ Ευαγγελισμός

### ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΟΛΙΚΗΣ ΚΟΛΟΝΟΣΚΟΠΗΣΗΣ ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΗΣ ΜΕ FORTRANS / KLEAN PREP / EFFECOL PREP

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΞΕΤΑΣΗΣ:.....ΩΡΑ:.....

Η προετοιμασία διαρκεί 3 ημέρες. Για να είναι επιτυχής η εξέταση που θα κάνετε είναι αναγκαίο να είναι καθαρό όλο το παχύ έντερο. Για αυτό το λόγο παρακαλούμε να ακολουθήσετε τις παρακάτω οδηγίες επακριβώς.

#### Δίαιτα (3 ημέρες πριν την εξέταση)

Τροφές που επιτρέπονται: Κρέας ή ψάρι, κοτόπουλο, αυγό βρασμένο, πατάτες, ζωμός, ζελέ, κομπόστα, χαμομήλι, ρύζι, μακαρόνια και λευκό ψωμί.

Απαγορεύονται: Λαχανικά, φρούτα, όσπρια, ξηροί καρποί, ψωμί ολικής αλέσεως, γάλα και γαλακτερά, σουσάμι, σπόρια.

Υγρά: Πίνετε αρκετά ποτήρια νερό και τις τρεις ημέρες της προετοιμασίας. Μια ποσότητα υγρών μπορείτε να την αντικαταστήσετε με χυμούς χωρίς ανθρακικό ή ίνες.

Αγοράστε ένα κουτί FORTRANS/ KLEAN PREP / EFFECOL PREP από το φαρμακείο.

#### Παραμονή της εξέτασης

Διαλύστε κάθε φακελάκι καθαρτικού είτε σε ένα λίτρο νερό , είτε σε ½ λίτρο νερό και ½ λίτρο πορτοκαλάδα (χωρίς ίνες, χωρίς ανθρακικό), βυσσινάδα, χυμό μήλου, ice tea. Έτσι θα δημιουργήσετε τέσσερα λίτρα διαλύματος. Φυλάσσονται στο ψυγείο. Φάτε ένα ελαφρύ πρωινό. Ξεκινήστε να πίνετε υγρά του διαλύματος στις 17:00 μ.μ. εφόσον έχει προηγηθεί ελαφρύ γεύμα με φιδέ ( προαιρετικά). Πρέπει να πιείτε τα δύο από τα τέσσερα λίτρα σε 3-4 ώρες περίπου, δηλαδή 1 ποτήρι του νερού κάθε 20-30 λεπτά. Καλό είναι να περπατάτε κατά τη διάρκεια της λήψης του διαλύματος και μετά. Η διαίτά σας την παραμονή της εξέτασης θα είναι μόνο υγρά (νερό, τσάι, καφέ, χαμομήλι, χυμούς χωρίς ίνες κ.α.) εκτός από γάλα.

#### Μέρα της εξέτασης

Επαναλάβετε την ίδια διαδικασία με την εναπομείνασα δόση (2 φακελάκια σε 2 λίτρα νερό) ξεκινώντας το πρωί. Μην καταναλώσετε στερεά τροφή. Η προετοιμασία πρέπει να έχει ολοκληρωθεί τουλάχιστον 3 ώρες πριν την εξέταση. Η ενδοσκόπηση θα γίνει υπό μέθη και άρα απαγορεύεται η οδήγηση μετά και καλό θα ήταν να συνοδεύεστε.

#### Φάρμακα προσοχή!!!

Ενημερώστε μας για φάρμακα όπως ασπιρίνη, Salospir, Sintrom, Plavix, Iscover, Pradaxa, Eliquis ή άλλα αντιπηκτικά γιατί θα πρέπει να διακοπούν κάποιες ημέρες πριν την εξέταση. Εάν είστε διαβητικός παρακαλούμε να επικοινωνήσετε μαζί μας ή με τον διαβητολόγο σας για να ενημερωθείτε για τον τρόπο λήψης των δισκίων ή της ινσουλίνης.