

Hướng dẫn chuẩn bị nội soi đại tràng: MiraLAX

Nếu bị táo bón mãn tính, dùng thuốc giảm đau opioid, các loại thuốc khác như cơ vận chủ GLP (GLP agonist) giúp dạ dày no lâu hơn hoặc từng nội soi đại tràng mà không được chuẩn bị tốt, vui lòng sử dụng hướng dẫn để chuẩn bị cho đại tràng trong 2 ngày bổ sung MiraLAX để đảm bảo đại tràng sạch trước khi khám.

"Chuẩn bị" nội soi đại tràng là gì và tại sao việc này lại quan trọng?

"Chuẩn bị" là quá trình sử dụng thuốc và dịch lỏng để loại bỏ hoàn toàn chất thải rắn (phân) khỏi đường ruột. Việc chuẩn bị này rất quan trọng để bác sĩ có thể nhìn thấy các polyp hoặc bất kỳ dấu hiệu đáng ngờ nào trong khi khám.



Nhóm chăm sóc sẽ gọi cho quý vị khoảng 1 tuần trước ngày nội soi. Nhóm sẽ gọi lại vào ngày trước ngày nội soi để thông báo thời gian quý vị cần có mặt.

Nếu muốn hủy hoặc đổi lịch, VUI LÒNG LIÊN HỆ số điện thoại trong hướng dẫn trong email ÍT NHẤT 7 NGÀY trước ngày nội soi. Nhờ vậy, chúng tôi có thể bố trí bệnh nhân khác vào thời điểm đó.

Tôi cần chuẩn bị những gì?

- **Mua vật tư y tế.** Quý vị cần tất cả các mặt hàng sau. Quý vị có thể tìm thấy các mặt hàng này ở hầu hết các cửa hàng tạp hóa hoặc hiệu thuốc.
 - 4 viên bisacodyl 5 mg (Dulcolax).
 - 1 lọ bột PEG 3350 238 gram (MiraLAX hoặc tương tự)
 - 64 oz (2+ lọ) Pedialyte, Gatorade, Powerade, hoặc Crystal Light. **KHÔNG lấy màu đỏ hoặc tím.**
 - 4 viên nhai simethicone (Gas-X) hoặc viên nang mềm.

Thuốc bisacodyl và bột PEG hoạt động bằng cách làm mềm và đẩy phân cùng các chất thải rắn ra khỏi đại tràng, giúp bác sĩ có thể nhìn rõ bên trong khi kiểm tra. Simethicone giúp loại bỏ bọt khí trong đại tràng.

Tất cả các loại thuốc này đều cần thiết để đảm bảo bác sĩ có thể nhìn rõ bên trong đại tràng.

- **Hỏi về các loại thuốc.** Nếu đang dùng thuốc chống đông máu, có cấy ghép thiết bị tim mạch (như AICD hoặc máy tạo nhịp) hoặc đang điều trị bệnh tiểu đường, hãy thảo luận với bác sĩ kê đơn trước khi nội soi. Tìm hiểu thời điểm ngừng hoặc cách điều chỉnh lượng thuốc chống đông máu hoặc insulin (nếu đang dùng) trước khi khám. Quý vị cần có sự đồng ý của bác sĩ để nội soi nếu đang sử dụng thiết bị cấy ghép.

Các loại thuốc chống đông máu bao gồm:

- | | |
|------------------------|-------------------------|
| – Coumadin (Warfarin) | – Apixaban (Eliquis) |
| – Clopidigrel (Plavix) | – Dabigatran (Pradaxa) |
| – Prasugrel (Effient) | – Rivaroxaban (Xarelto) |

Sắp xếp ngày đến khám.

- Sắp xếp thời gian nghỉ làm. Trong quá trình chuẩn bị khoảng 8-12 tiếng, quý vị sẽ bị tiêu chảy (phân) nhiều lần và cần ở gần nhà vệ sinh. Do có thể buồn ngủ sau khi nội soi, không nên sử dụng máy móc, tự nấu ăn hoặc đưa ra các quyết định quan trọng vào ngày hôm đó.
- Nhờ người thân đáng tin cậy đưa đón quý vị đến và về sau khi nội soi. Quý vị không được phép đi taxi hoặc xe dịch vụ (như Uber hoặc Lyft) một mình sau khi nội soi.
- Thời gian cuộc hẹn khám dự kiến khoảng 2-3 tiếng (tổng thời gian) Nhóm chăm sóc sẽ thông báo nếu có bất kỳ thay đổi nào.
- Nếu được, quý vị không nên đưa trẻ em đi cùng. Trẻ em có thể bị căng thẳng nếu chờ quá lâu.
- Thu xếp để có người ở bên cạnh cho đến hết ngày sau khi nội soi để đảm bảo quý vị không có tác dụng phụ nào từ quá trình nội soi hoặc thuốc gây mê.

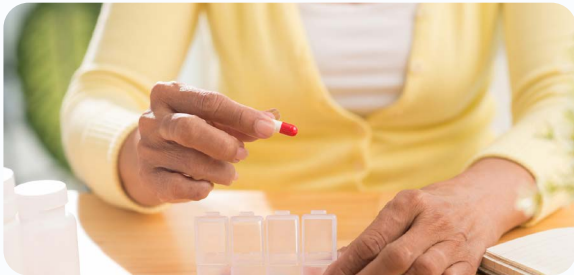
Tôi cần chuẩn bị những gì? (Tiếp theo)

3 ngày trước khi khám

- **Không ăn những món sau:** các loại hạt, bánh mì nguyên hạt, đậu, ngô, rau sống hoặc trái cây có hạt hoặc vỏ.
- **Không dùng bất kỳ thực phẩm bổ sung chất xơ nào.** Loại thực phẩm này có thể gây khó khăn cho quá trình chuẩn bị.

2 ngày trước khi khám

- **Quý vị có thể ăn một chút vào bữa tối.** Không sử dụng thực phẩm đặc sau 7 giờ tối.
- **Tiếp tục uống nước trong vào buổi tối.** Nước trong là chất lỏng có thể nhìn xuyên qua. Bao gồm nước táo; nước lọc; Sprite; Jell-O; cà phê hoặc trà (không thêm kem); nước dùng gà, bò hoặc rau sạch; đồ uống thể thao trong hoặc Crystal Light. **Tránh sử dụng đồ có màu đỏ hoặc tím.**
- **Không uống sữa hoặc nước trái cây có thịt quả.**



Quản lý thuốc

- **Nếu bị tiểu đường,** hãy kiểm tra lượng đường trong máu trước khi khám. Mang theo kết quả kiểm tra đến. Không dùng thuốc tiểu đường dạng uống (viên) vào buổi sáng trước khi nội soi trừ khi bác sĩ cho phép.
- **Uống các loại thuốc thông thường** (ví dụ: thuốc tuyến giáp) vào buổi sáng với một chút nước. Uống thuốc **ít nhất 4 giờ trước khi** nội soi dự kiến bắt đầu.
- **Để giảm bớt kích ứng trong quá trình chuẩn bị,** hãy cân nhắc sử dụng một lượng nhỏ zinc oxide hoặc Aquaphor quanh hậu môn. Khăn lau dành cho trẻ em cũng có thể hữu ích.

1 ngày trước khi khám

- **Chỉ uống nước trong.** Quý vị có thể sử dụng nước dùng trong vào bữa trưa. **Không dùng bất kỳ thực phẩm đặc nào hoặc nhai kẹo cao su cho đến sau khi nội soi hoặc khi bác sĩ cho phép.**
- **Uống nước** hoặc các loại nước khác để giữ nước. Không uống nước hoặc Jell-O có màu đỏ hoặc tím.
- **Lúc 2 giờ chiều:** Uống bốn viên bisacodyl 5 mg.
- **Lúc 5 giờ chiều:** Chia lọ bột MiraLAX 238g và 64 oz Pedialyte sạch (ưu tiên), Gatorade, Powerade hoặc Crystal Light thành 2 phần bằng nhau. Lắc 2 phần dung dịch cho đến khi MiraLAX tan hết. Uống 2 viên nhai simethicone (Gas-X).
- **Bắt đầu uống dung dịch MiraLAX.** Uống 8 oz (1 cốc) **mỗi 15 phút** cho đến khi hết 1 nửa hỗn hợp dung dịch 64 oz. Nếu cảm thấy buồn nôn, hãy uống chậm hơn. Bảo quản nửa dung dịch MiraLAX còn lại trong tủ lạnh để uống sau. **KHÔNG uống hết ngay một lúc.** Tiếp tục uống dung dịch trong hoặc nước lọc để giữ nước.

Vào ngày khám

- **6 tiếng trước khi nội soi:** Uống 2 viên simethicone. Uống hết dung dịch MiraLAX bằng cách uống 8 oz (1 cốc) mỗi 15 phút cho đến khi hết. Quý vị có thể cần phải thức dậy giữa đêm nếu khám vào buổi sáng sớm.
- **Từ 6 đến 2 giờ trước thời gian nội soi:** Buổi sáng trước khi nội soi, quý vị chỉ được uống dung dịch chuẩn bị và các loại thuốc được chấp nhận cùng với nước. **Không Sử dụng thực phẩm đặc.** Quý vị chỉ được uống một chút các loại nước sau: nước lọc, Gatorade, Powerade hoặc cà phê đen (không thêm sữa hoặc kem).
- **2 giờ trước thời gian nội soi: Không ĂN hoặc uống bất cứ thứ gì.** Bụng của quý vị phải hoàn toàn trống rỗng để đảm bảo an toàn trong quá trình nội soi.

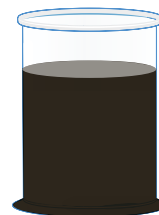
Tôi nên mang gì đến cuộc hẹn?

- Mang theo những vật dụng sau:
 - Thẻ bảo hiểm và ID ảnh
 - Mọi biểu mẫu đã hoàn thành, nếu được yêu cầu
 - Kính mắt, máy trợ thính và ống hút nếu sử dụng
 - Danh sách tất cả các loại thuốc đang dùng và liều lượng. Bao gồm tất cả thuốc kê đơn, thuốc không kê đơn, miếng dán, thuốc xịt, thuốc tiêm, thuốc thảo dược và vitamin bổ sung.
- Để đồ vật dụng có giá trị ở nhà. Trong đó bao gồm tất cả đồ trang sức (bao gồm cả nhẫn cưới) và khuyên xỏ lỗ.
- Mặc quần áo thoải mái, dễ dàng thay ra và mặc vào.

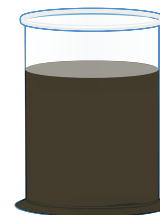
Nếu là phụ nữ trong độ tuổi sinh đẻ, quý vị có thể được yêu cầu cung cấp mẫu nước tiểu để kiểm tra tình trạng mang thai. Nếu đang mang thai, hãy trao đổi với nhà cung cấp về việc quý vị có cần thực hiện nội soi hay không.

Làm sao để biết liệu quá trình chuẩn bị có thành công không?

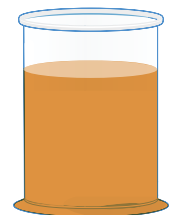
Quý vị sẽ biết rằng quá trình chuẩn bị thành công nếu phân loãng và trong như nước tiểu. Nếu phân vẫn có màu nâu hoặc vẫn chứa chất thải rắn trong vòng 2 giờ trước cuộc hẹn, hãy gọi cho phòng khám.



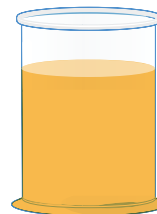
Đen
và tối màu
KHÔNG ỔN



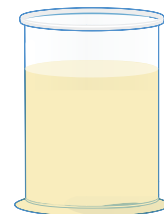
Nâu
và tối màu
KHÔNG ỔN



Cam đậm và hơi
trong
KHÔNG ỔN



Cam nhạt và trong
GẦN ĐƯỢC



Vàng
và trong
SẴN SÀNG

Lưu ý

Intermountain Health tuân thủ các luật liên bang hiện hành về quyền công dân và không phân biệt đối xử theo chủng tộc, màu da, nguồn gốc dân tộc, độ tuổi, tình trạng khuyết tật hay giới tính. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2023 Intermountain Health. Bảo lưu mọi quyền. Nội dung được trình bày ở đây chỉ nhằm mục đích cung cấp thông tin. Nội dung này không thay thế cho lời khuyên về y tế chuyên môn và không nên được sử dụng để chẩn đoán hoặc điều trị các vấn đề sức khỏe hoặc bệnh tật. Nếu có câu hỏi hoặc thắc mắc, vui lòng tham khảo ý kiến nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Để biết thêm thông tin về sức khỏe, vui lòng truy cập intermountainhealthcare.org. FS736V - 12/23 (Last reviewed - 12/23) (Vietnamese translation by CommGap).