

Hướng dẫn chuẩn bị nội soi đại tràng: 2 ngày bổ sung MiraLAX

Thực hiện theo hướng dẫn nếu gặp tình trạng táo bón, đang dùng thuốc giảm đau opioid, cơ chủ vận GLP (GLP agonist) hoặc từng nội soi đại tràng mà không được chuẩn bị tốt.

"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) VÀ 1 hộp các gói dùng một lần (17g).
 - 64 oz (2+ l) Pedialyte, Gatorade, Powerade, hoặc Crystal Light.
 - 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.

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.

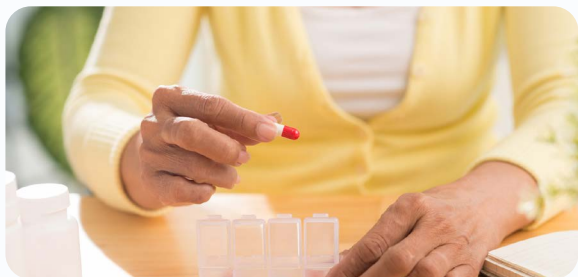
Tôi cần chuẩn bị những gì? (Tiếp theo)

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.
- **Từ sau 7 giờ tối, hãy ngưng** nạp thực phẩm rắn.

2 ngày trước khi khám

- **Tuân thủ việc chỉ uống chất lỏng trong suốt,** bao gồm: nước lọc, nước ép trái cây không bã, nước giải khát có ga, đồ uống thể thao trong suốt không chứa protein nhưng có bổ sung chất điện giải như Pedialyte (ưu tiên), Gatorade hoặc Powerade, trà trong suốt, thạch (không kèm trái cây hoặc lớp phủ), nước dùng tách béo (không dùng nước hầm xương), và cà phê đen. **Không nạp bất kỳ loại thực phẩm hay đồ uống nào có chứa phẩm màu đỏ hoặc tím.**
- **Pha toàn bộ 1 gói (17 g) bột MiraLAX** với 8 oz (1 cốc) chất lỏng trong suốt và uống vào bữa sáng, bữa trưa và bữa tối (tổng 3 gói).



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

- **Ngừng dùng thuốc lợi tiểu (thuốc nhuận tràng) nếu đang dùng.** Bao gồm Lasix (furosemide).
- **KHÔNG ăn bất kỳ thực phẩm đặc hoặc sản phẩm từ sữa nào, bao gồm cả sữa. Chỉ uống các loại chất lỏng trong suốt cả ngày,** bao gồm: nước lọc, nước ép trái cây không bã, nước giải khát có ga, đồ uống thể thao trong suốt không chứa protein nhưng có bổ sung chất điện giải như Pedialyte (ưu tiên), Gatorade hoặc Powerade, trà trong suốt, thạch (không kèm trái cây hoặc lớp phủ), nước dùng tách béo (không dùng nước hầm xương), và cà phê đen. **Không nạp bất kỳ loại thực phẩm hay đồ uống nào có chứa phẩm màu đỏ hoặc tím. Không uống đồ uống có cồn.**
- **Lúc 2 giờ chiều:** Uống bốn viên bisacodyl 5 mg.
- **Lúc 5 giờ chiều:** Chia đều bột MiraLAX 238g và 64 oz đồ uống trong suốt không chứa protein có bổ sung chất điện giải như Pedialyte (ưu tiên), Gatorade hoặc Powerade thành 2 phần bằng nhau vào 2 bình chứa. Lắc đều từng bình cho đến khi bột MiraLAX tan hoàn toàn. 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 các loại chất lỏng trong suốt hoặc nước lọc để tránh mất nước.

Vào ngày khám

- **6 tiếng trước giờ có mặt làm thủ thuật:** 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 sẽ phải thức dậy vào giữa đêm nếu lịch hẹn khám là vào sáng sớm.
Vào sáng ngày thực hiện thủ thuật, quý vị chỉ được phép uống SuPrep (thuốc chuẩn bị đại tràng), các loại thuốc đã được chỉ định cùng một vài ngụm nước lọc. Quý vị chỉ được uống một chút các loại chất lỏng trong suốt sau: nước lọc, đồ uống thể thao không chứa protein có bổ sung chất điện giải, hoặc cà phê đen (không thêm sữa hoặc kem).
- **4 tiếng trước giờ có mặt làm thủ thuật: NGỪNG uống các loại chất lỏng trong suốt.** Bụng của quý vị phải hoàn toàn trống rỗng để đảm bảo an toàn trong quá trình nội soi.

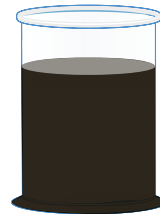
Tôi nên mang gì đến cuộc hẹn?

- 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 rốn.
- Mặc quần áo thoải mái, dễ dàng thay ra và mặc vào.

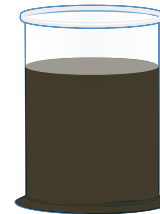
Nếu là phụ nữ trong độ tuổi sinh đẻ, quý vị có thể được yêu cầu cung cấp mẫu nước tiểu để kiểm tra tình trạng mang thai. Nếu đang mang thai, hãy trao đổi với nhà cung cấp về việc quý vị có cần thực hiện nội soi hay không.

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

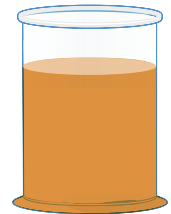
Quý vị sẽ biết rằng quá trình chuẩn bị thành công nếu phân loãng và trong như nước tiểu. Nếu phân vẫn có màu nâu hoặc vẫn chứa chất thải rắn trong vòng 2 giờ trước cuộc hẹn, hãy gọi cho phòng khám.



Đen
và tối màu
KHÔNG ỔN



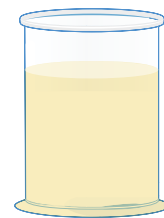
Nâu
và tối màu
KHÔNG ỔN



Cam đậm và hơi
trong
KHÔNG ỔN



Cam nhạt và trong
GẦN ĐƯỢC



Vàng
và trong
SẴN SÀNG

Lưu ý