

## СХЕМА ПОДГОТОВКИ КИШЕЧНИКА К КОЛОНОСКОПИИ С ПРИМЕНЕНИЕМ MIRALAX И GATORADE

За три недели до процедуры приобретите нижеуказанные расходные материалы для СТАНДАРТНОЙ СХЕМЫ ПОДГОТОВКИ на сайте [www.mngi.com](http://www.mngi.com) и нажмите кнопку Purchase Prep Kit (Купить набор для подготовки). Напиток Gatorade не входит в набор для подготовки. Его необходимо приобретать отдельно в местном продуктовом магазине.

### **2 таблетки бисакодила**

(слабительное Dulcolax®, а НЕ размягчитель стула Dulcolax®) — каждая таблетка содержит 5 мг бисакодила

### **1 флакон по 8,3 унции (235 г) порошка полиэтиленгликоля (ПЭГ) 3350**

(MiraLAX, SmoothLAX, ClearLAX или эквивалентный непатентованный препарат)

### **64 унции (1893 мл) напитка Gatorade®/Powerade® (без вкусоароматических добавок, окрашивающих напитков в красный цвет)**

Допустимы обычные напитки Gatorade®, Gatorade G2®, Powerade®, Powerade Zero®, Pedialyte или Propel®, Liquid IV и другие напитки с электролитами. Не допускаются напитки с вкусоароматическими добавками, придающими напитку красный цвет; напитки остальных цветов (желтого, зеленого, оранжевого, фиолетового, синего) можно использовать. Также можно купить два пакета порошкообразного Gatorade массой 2,12 унции (60 г) и смешать их с водой до общего объема 64 унции (1893 мл) жидкости.

### **1 бутылка объемом 10 унций (296 мл) цитрата магния (без вкусоароматических добавок, окрашивающих напитков в красный цвет)**

Также можно использовать 0,5 унции (14 г) порошкообразного цитрата магния, смешанного с 10 унциями (296 мл) воды.

### **Симетикон 80 мг или 125 мг в таблетках, жевательных таблетках или софтгель-капсулах**

- Симетикон продается без рецепта в различных формах и дозировках. Капсулы, жевательные таблетки и жидкость — все они являются приемлемыми формами.
- Если вы покупаете таблетки 125 мг, приобретите достаточное количество симетикона для приема 2 таблеток.
- Если вы покупаете таблетки 80 мг, приобретите достаточное количество симетикона для приема 3 таблеток.

В целях безопасности **ПРЕКРАТИТЕ** употребление каких-либо жидкостей, а также других продуктов и лекарственных средств для приема внутрь за 3 часа до колоноскопии, иначе процедура будет отменена и перенесена. Следуйте приведенным ниже подробным инструкциям.

**Обратите внимание на этот раздел, если для снижения веса или лечения диабета вы принимаете препараты, называемые агонистами глюкагоноподобного пептида-1 (glucagon-like peptide, GLP-1) такие как Ozempic, Weygovy, Trulicity, Rybelsus, Saxenda, Byetta или другие) или ингибиторами натрий-глюкозного котранспортера 2 типа Sodium-glucose transport protein 2, SGLT-2) (Invokana, Farxiga, Jardiance, Steglatro).**

В случае приема этих препаратов вам следует придерживаться приведенных ниже рекомендаций.

При приеме агонистов GLP-1 (Ozempic, Weygovy, Trulicity, Rybelsus, Saxenda, Byetta или др.):

- для инъекционных препаратов, принимаемых один или два раза в день (например, Byetta, Victoza, Saxenda), воздержитесь от приема за день до процедуры и в день проведения процедуры;
- для инъекционных препаратов, принимаемых один раз в неделю (например, Trulicity, Ozempic, Weygovy, Bydureon, Mounjaro), воздержитесь от приема за 7 дней до процедуры;
- для пероральных препаратов, принимаемых ежедневно (например, Rybelsus), воздержитесь от приема за 7 дней до процедуры.

При приеме ингибиторов SGLT-2 (Invokana, Farxiga, Jardiance, Steglatro): не принимайте за 4 дня до проведения процедуры.

**Если вы принимаете эти лекарства от диабета, то вам необходимо обратиться к своему лечащему врачу или эндокринологу для получения указаний по контролю за уровнем глюкозы.**

**Если вам предстоит эндоскопия верхних отделов пищеварительного тракта (Esophagogastroduodenoscopy, EGD) вы принимаете эти препараты, то за 24 часа до процедуры вы должны начать принимать прозрачную жидкую пищу. Это будет отличаться от указаний придерживаться нулевой лечебной диеты с 23:45 накануне вечером. Например, если процедура назначена на 8:00 утра, то вам следует придерживаться приема прозрачной жидкой пищи с 8:00 утра накануне. Обязательно следуйте указаниям исключения приема воды и пищи через рот (Nothing by Mouth, NPO) (ничего не принимать внутрь за 3 часа до процедуры). Воздержание от приема этих препаратов и следование нулевой диете важны для безопасного проведения процедуры.**

#### **Отмена или перенос приема:**

Если у вас появились гриппоподобные симптомы (такие как лихорадка, кашель, одышка) в течение 14 дней до вашего визита, позвоните, чтобы перенести визит на другой день. Если у вас недавно было диагностировано какое-либо заболевание (например, дивертикулит, проблемы с сердцем или дыханием), позвоните в наш офис. Если вам необходимо отменить или перенести прием у врача по другой причине, позвоните по телефону 612-871-1145 не позднее чем за 72 часа до назначенного визита.

#### **Ответственное лицо:**

Помните, что ответственному лицу необходимо зарегистрироваться вместе с вами в день процедуры, сопровождать вас после выписки, отвезти домой и помочь вам с последующим уходом. Период между регистрацией и выпиской длится примерно 2 часа. Вы не сможете водить машину, эксплуатировать механизмы или выйти на работу до

следующего дня. Если вы не приведете с собой ответственное лицо, прием придется перенести на другой день.

У некоторых пациентов после процедуры может наблюдаться временная потеря памяти из-за использования контролируемой анестезии. Вы можете попросить ответственное лицо присутствовать во время выписки, чтобы делать записи от вашего имени и задавать вопросы, связанные с последующим уходом за вами.

Если пациент несовершеннолетний или ему требуется законный опекун, законный опекун должен присутствовать при регистрации пациента в день процедуры. Если законный опекун не может присутствовать при регистрации, он должен быть на связи в телефонном режиме на протяжении всей процедуры и во время выписки пациента.

### **За 7 дней до процедуры:**

- Прекратите прием пищевых добавок с клетчаткой и препаратов, содержащих железо. Сюда входят поливитамины с железом, Metamucil и FiberCon.

### **За 3 дня до процедуры:**

- Начните соблюдать диету с низким содержанием клетчатки. Диета с низким содержанием клетчатки повышает эффективность очищения.
  - Примеры продуктов с низким содержанием клетчатки включают, помимо прочего: белый хлеб, белый рис, макароны, крекеры, рыбу, курицу, яйца, говяжий фарш, арахисовую пасту, вареные / термически обработанные овощи, консервированные фрукты, бананы, дыни, молоко, йогурт без добавок, сыр, заправку для салата и другие приправы.  
Если вы придерживаетесь безглютеновой диеты, выбирайте продукты, содержащие менее 2 граммов клетчатки на порцию, в том числе хлеб, макароны, вафли, блины, злаковые хлопья, рисовые лепешки, рисовые крекеры и рисовый крем.
  - На диете с низким содержанием клетчатки запрещены: семечки, орехи, попкорн, отруби, цельнозерновая пшеница, кукуруза, киноа, сырые фрукты и овощи, ягоды и сухофрукты, бобы и чечевица.

Дополнительную информацию о соблюдении диеты с низким содержанием клетчатки см. на странице [www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet](http://www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet)

### **За 2 дня до процедуры:**

- Продолжайте соблюдать диету с низким содержанием клетчатки.
- В течение дня выпивайте не менее 8 стаканов воды.
- Откажитесь от приема твердой пищи в **23:45**.

### **За 1 день до процедуры:**

- Перейдите на диету с употреблением прозрачных жидкостей (к прозрачным жидкостям относятся вещества, сквозь которые вы можете видеть).

- Примеры прозрачных жидкостей: вода, прозрачный бульон (доступны безглютеновые варианты), Gatorade, Pedialyte или Powerade, газированные и негазированные безалкогольные напитки (Sprite, 7-Up, Gingerale), процеженные фруктовые соки без мякоти (из яблок, белого винограда, белой клюквы), желатиновый десерт Jell-O, фруктовое мороженое и не более одной чашки черного кофе или чая (без молока или сливок) в день.
- При соблюдении диеты с употреблением прозрачных жидкостей запрещены: жидкости красного цвета, алкогольные напитки, молочные продукты, протеиновые коктейли, бульоны со сливками или сметаной, соки с мякотью, продукты, содержащие растительные масла и жевательный табак.
- Дополнительную информацию о соблюдении диеты с употреблением прозрачных жидкостей см. на странице <https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet>
- **В полдень:** примите 2 таблетки бисакодила (Dulcolax)
- **С 16:00 до 18:00:** выпейте смесь Miralax и Gatorade/Powerade для подготовки к колоноскопии.
  - Смешайте 1 флакон Miralax с 64 унциями (1893 мл) жидкости [для смешивания Miralax следует использовать минимум 56 унций (1656 мл) электролитного напитка, а для получения необходимых 64 унций (1893 мл) можно добавить до 8 унций (237 мл) воды].
  - Выпейте 1 стакан раствора Miralax с электролитным напитком объемом 8 унций (237 мл).
  - После этого продолжайте пить раствор по 1 стакану объемом 8 унций (237 мл) каждые 15 минут, пока смесь не закончится.
  - С последним стаканом раствора Miralax и Gatorade примите 240-250 мг симетикона.
    - Симетикон продается без рецепта в различных формах и дозировках. Капсулы, жевательные таблетки и жидкость — все они являются приемлемыми формами.
    - Примите достаточное количество лекарства, чтобы его общая доза составляла 240-250 мг. Например, если у вас есть:
      - жевательные таблетки по 125 мг, примите 2 таблетки, чтобы в сумме получить 250 мг;
      - таблетки по 80 мг, примите 3 таблеток, чтобы в сумме получилось 240 мг.

**Далее приведены советы по очищению толстой кишки:** Пейте достаточное количество жидкости до и после очищения толстой кишки, чтобы предотвратить обезвоживание. Не уходите далеко от туалета, потому что у вас будет диарея. Даже если вы сидите на унитазе, продолжайте пить очищающий раствор каждые 15 минут. Если вы чувствуете тошноту или позывы к рвоте, прополощите рот водой, сделайте перерыв на 15–30 минут, а затем продолжайте пить раствор. Вы

будете чувствовать себя некомфортно до тех пор, пока все содержимое не выйдет из толстой кишки (это займет примерно 2–4 часа). У вас может быть озноб.

### **В день проведения процедуры:**

Вы можете принять все лекарственные препараты, которые вы обычно принимаете утром, включая лекарства для снижения артериального давления, препараты для разжижения крови (если в нашем кабинете вы не получили указания прекратить их прием), метадон, противосудорожные препараты, запивая их глотками воды, **за 3 часа до проведения процедуры или раньше**. Не принимайте жевательные витамины или пищевые добавки. Чтобы избежать отмены процедуры, не употребляйте марихуану/тетрагидроканнабинол (Tetrahydrocannabinol, THC) в день ее проведения. Если у вас сахарный диабет, свяжитесь со своим поставщиком медицинских услуг, под наблюдением которого вы находитесь, для получения дальнейших указаний по инсулинотерапии и (или) контролю уровня сахара в крови.

Продолжайте соблюдать диету с употреблением прозрачных жидкостей вплоть до момента, когда **до процедуры останется 3 часа**, затем необходимо отказаться от приема жидкости. Напоминаем: продолжайте избегать употребления напитков красного цвета, алкогольных напитков, молочных продуктов, протеиновых коктейлей, бульонов со сливками или сметаной, соков с мякотью, продуктов, содержащих растительные масла, жевательного табака и запрещенных наркотических средств. В случае их употребления процедура будет отменена.

- **За 4 часа до процедуры** (например, в 3:30 утра, если процедура назначена на 7:30 утра):
  - Выпейте 10 унций (296 мл) цитрата магния.
- **За 3 часа до процедуры:** (например, в 4:30 утра, если процедура назначена на 7:30 утра):
  - ПРЕКРАТИТЕ пить какую-либо жидкость.
  - Не принимайте ничего внутрь в течение этого времени.
  - Планируйте время для поездки на процедуру с запасом, так как вам может понадобиться остановиться и воспользоваться туалетом по пути.

Вы готовы к процедуре, если выполнили все инструкции и ваш стул перестал быть оформленной массой и представляет собой прозрачную или желтоватую жидкость. Если вы не уверены, очистилась ли ваша толстая кишка, позвоните в наш офис по телефону 612-871-1145 до того, как отправитесь на процедуру.

## **ОПИСАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ КОЛОНОСКОПИИ**

### **Что такое колоноскопия?**

Колоноскопия является наиболее точным методом выявления полипов и рака толстой кишки, а также единственным исследованием, во время которого можно удалить полипы. Во время этой процедуры врач осматривает слизистую оболочку толстой и прямой кишки с помощью гибкой трубки, называемой колоноскопом. Колоноскоп вводят в задний проход и медленно продвигают по толстой кишке.

Для получения наилучших результатов перед процедурой вы будете пить препарат для очистки кишечника, который поможет очистить толстую кишку. Даже если у вас прозрачный стул, важно принять все препараты для очищения толстой кишки в соответствии с инструкциями, потому что ваше тело постоянно выделяет жидкость, и за этой жидкостью могут скрываться небольшие полипы.

### **Что происходит во время процедуры колоноскопии?**

Рассчитывайте на то, что в день проведения колоноскопии вы проведете в центре эндоскопии до 2 часов. Сама процедура занимает от 20 до 40 минут.

### **Перед процедурой:**

Команда медицинских специалистов, включая медсестру, врача-гастроэнтеролога и анестезиолога, уточнит у вас медицинский анамнез, после чего вам поставят капельницу.

### **Во время процедуры:**

Во время процедуры анестезиолог будет вводить лекарственные средства и следить за жизненно важными показателями. Этот процесс известен как контролируемая анестезия (Monitored Anesthesia Care, MAC). Хотя большинство пациентов спят во время процедуры, некоторые остаются бодрствующими и в сознании. Анестезиолог и (или) сертифицированный дипломированный анестезист (Certified Registered Nurse Anesthetist, CRNA) помогут определить подходящий тип препарата, который будет использоваться во время процедуры, чтобы обеспечить вашу безопасность и комфорт. Если во время процедуры будут обнаружены патологические участки ткани или полипы, врач сможет удалить их при помощи колоноскопа и отправить на более тщательное исследование или биопсию.

### **Что происходит после процедуры?**

Врач обсудит с вами предварительные результаты процедуры и подготовит полный отчет для поставщика медицинских услуг, направившего вас на колоноскопию. После процедуры вы можете ощущать спазмы или вздутие живота. Это нормально и проходит после отхождения газов. Образцы тканей или полипы, удаленные во время процедуры, отправляют в лабораторию на исследование. Вы получите результаты исследования по почте или через Patient Portal (Портал для пациентов) в течение 5–7 рабочих дней.

На следующий день после процедуры вы по большей части сможете вернуться к своей обычной деятельности. Однако из-за введенных во время процедуры лекарственных средств вам запрещено управлять автомобилем до конца дня. Вам также рекомендуется избегать авиаперелетов в течение 24 часов после процедуры. Вы можете вернуться к своему обычному рациону, однако следует избегать употребления алкоголя до следующего дня после процедуры.

### **Возможны ли осложнения при колоноскопии?**

Хотя серьезные осложнения встречаются редко, любая медицинская процедура сопряжена с риском. Риски, связанные с процедурой, включают перфорацию или разрыв слизистой оболочки толстой кишки, кровотечение из места проведения биопсии, реакцию на лекарственные средства, проблемы с сердцем и легкими, а также травмы зубов или глаз.