

U.O.D. di Endoscopia Digestiva
Responsabile: *Dott.ssa Federica Miculan*

0783320081-82

Avvertenze, dieta e consigli utili prima della colonscopia

Questo documento contiene solo delle avvertenze ed uno schema dietetico per chi si sottoporrà alla colonscopia. Sarà indispensabile integrarlo con la necessaria preparazione per la pulizia del colon, senza la quale l'esame NON POTRÀ essere eseguito.

Contatti almeno sette giorni prima dell'esame il suo Medico di Medicina Generale se:

- Prende anticoagulanti o antiaggreganti come warfarin (Coumadin, Sintrom), enoxaparina (Clexane), fondaparinux (Arixtra), clopidogrel (Plavix), prasugrel (Efient), anagrelide (Xagrid), cilostazolo (Pletal), pentoxifillina (Trental), dipiridamolo (Persantin), dipiridamolo con aspirina (Aggrenox), o prodotti come aspirina o altri farmaci antinfiammatori come ibuprofene, diclofenac, naprossene, indometacina, piroxicam, ketoprofene, nimesulide.
- È diabetico e prende insulina. Potrebbe essere necessario variare il dosaggio il giorno prima della colonscopia e il giorno dell'esame. Porti con sé i farmaci che prende per il diabete in modo da assumerli subito dopo l'esame, se opportuno.
- Ha una protesi cardiaca sintetica, ha un pace-maker o un defibrillatore cardiaco impiantabile, Controlli se deve prendere antibiotici prima di fare una cura dentaria.
- Continui pure a prendere le altre medicine di cui ha bisogno, anche il giorno dell'esame.

Cinque giorni prima della colonscopia:

- Non assuma lassativi a base di fibre vegetali.
- Non prenda per bocca preparati a base di ferro, nemmeno integratori vitaminici che lo contengono.
- Compri il prodotto per pulire l'intestino con qualche giorno di anticipo, ma prepari la soluzione solo il giorno prima della colonscopia.

Tre giorni prima della colonscopia:

- riduca il consumo di verdura e di frutta ricca di semi, soprattutto kiwi, fragole e uva: le bucce e i semi possono rendere difficoltoso l'esame. Eviti i cibi integrali.

Alcuni consigli per migliorare il gusto della preparazione per la pulizia del colon:

- Generalmente il gusto sarà più accettabile se la soluzione è fredda.
- Se preferisce tolga la soluzione dal frigorifero mezz'ora prima dell'assunzione.
- Beva le dosi rapidamente, senza assaporarle, piuttosto che a piccoli sorsi.
- Per sentire meno il sapore provi ad usare una cannuccia.
- Dopo aver bevuto può risciacquare la bocca con acqua o liquidi chiari.
- Può succhiare caramelle dure.

Per evitare o ridurre il fastidio all'ano:

- Eviti di sfregare quando si pulisce dopo le evacuazioni. Usi preferibilmente salviette umide.

ALIMENTAZIONE IL GIORNO PRIMA DELLA COLONSCOPIA

08.00 – 09.00 Colazione

- Tè/caffè (con latte e zucchero/dolcificante, se richiesto) o altri liquidi chiari come acqua, brodo leggero, tisana, tè o caffè nero, o bevanda/succo di frutta diluito.

Può aggiungere UN solo alimento a scelta tra quelli seguenti:

- 30 g di riso soffiato o cornflakes con 100 ml di latte.
- 2 fette di pane bianco/pane tostato con un velo sottile di burro/margarina e miele.
- 1 uovo lesso/in camicia
- 50 g di formaggio tipo ricotta o cremoso e 1 fetta di pane tostato/pane bianco con un velo sottile di burro/margarina.

Metà mattina

Tè/caffè (con latte e zucchero/dolcificante, se richiesto)

12.00 – 13.30 Pranzo

Scelga UN solo alimento a scelta tra quelli seguenti:

- 75 g di carne/pesce con intingolo.
- 2 uova lesse/in camicia.

E può AGGIUNGERE uno solo dei seguenti:

- 2 fette di pane bianco/pane tostato con un velo sottile di burro/margarina.
- 2 patate delle dimensioni di un uovo senza buccia, con una piccola quantità di burro/margarina.
- 2 cucchiaini da tavola di pasta/riso in bianco.

Beva un'abbondante quantità di liquidi chiari, preferibilmente acqua. Tè e caffè possono essere assunti solo senza latte.

Dopo pranzo sono proibiti i cibi solidi, il latte o altri prodotti caseari fino al termine della colonscopia.

Ora segua i consigli riportati nella scheda del prodotto scelto per la pulizia del colon.

19.00 – 21.00 Cena (comunque a due ore di distanza dalla fine dell'assunzione della preparazione)

- Non sono consentiti alimenti solidi.
- E' consentito brodo a base di estratto di carne e gelatina chiara.

Dopo la cena non sono più consentiti altri alimenti solidi fino al termine della colonscopia. L'apporto di liquidi trasparenti non gassati è libero.

La mattina dell'esame, a digiuno se non diversamente specificato, inizi a bere la seconda parte della preparazione per la pulizia del colon.

Terminata la soluzione si può bere del tè o della camomilla, anche ben zuccherati, o altri liquidi trasparenti non gassati, nelle quantità desiderate.

Eviti comunque di bere liquidi nelle 2 ore che precedono l'esame.

Consigli generali dopo l'assunzione della preparazione

Occorre assumere tutto il preparato per la pulizia intestinale perché l'esame possa essere effettuato in modo adeguato. È opportuno mantenere un intervallo di due ore tra l'assunzione per via orale della preparazione e l'assunzione di farmaci per via orale. Possono comparire gonfiore o distensione addominale prima dell'evacuazione. Se il gonfiore diventa fastidioso si consiglia di interrompere temporaneamente l'assunzione della soluzione o di bere ciascuna porzione ad intervalli maggiori (ad esempio ogni 30 minuti) fino a che i sintomi scompaiono. L'eventuale comparsa di nausea o disgusto all'assunzione del prodotto è normale e non preoccupante. Basterà assumere il prodotto più lentamente e a piccoli sorsi (se tenuto in frigorifero può risultare più gradevole). Si può usare una cannuccia e si può correggere il gusto del preparato associandolo ad altre bevande limpide di gusto più gradevole. Le preparazioni per la pulizia del colon determinano la comparsa di evacuazioni liquide generalmente dopo un'ora dall'inizio dell'assunzione.