



Praktiskās rekomendācijas pareizai pacientu sagatavošanai kolonoskopijai

Māra Bārene,
GASTRO CENTRA medicīnas māsa

Veicot endoskopiskās procedūras, bet īpaši – kolonoskopiju, ļoti svarīga ir pacienta sagatavošanās vizītei uz procedūru. Veicot t.s. apakšējo endoskopiju jeb kolonoskopiju, nepieciešama zarnu iztīrīšana, kas palīdz sasniegt maksimāli labāko izmeklējuma rezultātu.

GASTRO CENTRA zarnu sagatavošanas un tīrīšanas norādījumi

Jāatceras, ka neadekvāta pacientu sagatavošana kolonoskopijai ir cēlonis:

- neprecīzai diagnostikai (arī onkoloģiskai);
- padara neiespējamu endoterapiju (piemēram, polipektomiju);
- atkārtotai endoskopijai;
- pagarinās procedūras laiks;
- pieaug komplikācijas risks;
- paaugstina tiešās un netiešās izmaksas.

Tāpēc Gremošanas slimību centrs GASTRO CENTRS ir sagatavojis pamācību, kā pareizi sagatavoties kolonoskopijai, kas jāievēro ēšanā, kādas darbības jāveic, lai kolonoskopijas izmeklējums dotu vajadzīgo rezultātu. Aicinām GASTRO CENTRA sadarbības partnerus – ģimenes ārstus un citus ārstus – speciālistus iepazīties ar mūsu sagatavoto materiālu, nepieciešamības gadījumā to izskaidrojot pacientiem. Mūsu visu interesēs ir pacientu veselība un komforts, tāpēc šo norādījumu ievērošana ir ļoti svarīgs priekšnosacījums, lai pacients justos ērti, saņemtu kvalitatīvu izmeklējumu un tā rezultātu!

Informācija pacientam pirms procedūras

Atcerieties:

- procedūra noris medikācijā;
- vēlams, lai pacientam uz procedūru ir līdzī cilvēks, kas viņu pavada (sevišķi svarīgi tas ir gados veciem cilvēkiem);
- pēc procedūras 12 stundas nedrīkst vadīt auto;
- pareiza zarnu sagatavošana ir svarīgs priekšnoteikums procedūras sekmīgai norisei.

Kādēļ ir jāgatavojas kolonoskopijai?

Ir vairāki svarīgi iemesli, kāpēc nepieciešama rūpīga sagatavošanās procedūrai:

- visām endoskopiskajām izmeklēšanām ir viens svarīgs priekšnoteikums: ir jābūt tīram kuņģa zarnu traktam;



- lai varētu aplūkot visu zarnu gļotādas virsmu, zarnas pirms to apskates ir jāiztīra, to panāk ar medikamentu palīdzību, izraisot caureju;
- labi iztīrītas zarnas ir būtiskākais sekmīgas kolonoskopijas nosacījums.

Ēšanas priekšnoteikumi sagatavošanās perioda laikā

Pārtikas produkti, ko drīkst lietot 3–7 dienas pirms kolonoskopijas:

- baltmaize (bez riekstiem, sēklām vai papildu šķiedrvielām), baltmaizes sausiņi, krekeri, baltie rīsi, vairums makaronu;
- pankūkas un vafeles no baltajiem miltiem;
- gaļa (putnu, liellopu, cūkgaļa) bez ādas, cīpslām;
- zivis;
- olas;
- visa veida piena produkti;
- sviests, margarīns;
- majonēze, kečups, sinepes (bez veselām sinepju sēklām), eļļas;
- šokolādes sviests;
- visa veida sulas un citi dzērieni, izņemot plūmju un citas biezsulas.

Pārtikas produkti, ko nedrīkst lietot 3–7 dienas pirms kolonoskopijas:

- visa veida pilngraudu produkti (rupjmaize, graudu maize, pilngraudu makaroni);
- brūnie un savvaļas rīsi;
- auzu un citas graudaugu pārslas, kuskuss, kvinoja;
- visa veida dārzeņi;
- zirņi, pupas un lēcas;
- svaigi augļi un ogas, žāvēti augļi un ogas;
- zemesriekstu un citu riekstu sviests;
- linsēklas, klijas un citi šķiedrvielu produkti.

Medikamentu lietošana pirms procedūras

Vispārējie norādījumi:

- izmeklējuma dienā noteikti jāiedzer sirds un asinsspiedienu regulējošas zāles (pacientiem, kas tās lieto regulāri);
- ja pacientam ir cukura diabēts, medikamentu lietošanu gatavošanās laikā un kolonoskopijas rītā obligāti jāaskaņo ar ģimenes ārstu;
- trīs dienas pirms izmeklējuma jāpārtrauc lietot dzelzs preparātus vai aktivēto ogli.

Gatavošanās un izmeklējuma dienā ieteicams nelietot:

- urīndzenošus līdzekļus jeb diurētiskus;
- nesteroīdus pretiekaisuma līdzekļus (diklofenaks, ibuprofēns u.c.);
- pārējos medikamentus no rīta izdzer kā ierasts (vismaz 4 stundas pirms procedūras, uzdzertot glāzi ūdens);
- šaubu gadījumā vienmēr jājautā ārstam par medikamentu lietošanu.



Zarnu tīrīšanas līdzekļi

Ideālai zarnu tīrīšanas metodei jābūt ir ātrai, drošai un efektīvai, sagādājot minimālu diskomfortu pacientam. Tāpēc iesakām lietot šādus Latvijā pieejamus medikamentus zarnu tīrīšanai:

- FORTTRANS;
- EZICLEN;
- PICOPREP.

Aizcietējuma vai neveiksmīgas iepriekšējās zarnu sagatavošanas gadījumā papildus jālieto 2 mikroklizmas – viena vakarā pirms procedūras un otra procedūras dienā četras stundas pirms procedūras sākuma.

Standarta shēma zarnu sagatavošanai kolonoskopijai:

<i>Preparāts</i>	<i>Aktīvās vielas tilpums</i>	<i>Papildu šķidruma tilpums</i>	<i>Kopējais izdzertais tilpums</i>
EZICLEN	1 litrs	2 litri	3 litri
FORTTRANS	4 litri	-	4 litri
PICOPREP	1,5 litri	1,5 litri	3 litri

Došanās uz izmeklējumu

Dodoties uz izmeklējumu:

- atstājiet mājās visu, kas nav būtiski nepieciešams, jo īpaši rotaslietas, pulksteņus;
- uz izmeklējumu velciet brīvu, ērtu apģērbu;
- paņemiet līdzi pasi vai ID karti;
- paņemiet līdzi ģimenes ārsta nosūtījumu un iepriekšējo izmeklējumu rezultātus.

Biežākās kļūdas, gatavojoties kolonoskopijai

Esam apkopājuši arī biežākās kļūdas, kuras pieļauj pacienti, gatavojoties kolonoskopijai:

- izdzer mazāk nekā nepieciešams (piemēram, 3 litrus, nevis 4 litrus);
- izdzer tikai šķidrumu, kas atrodas medikamenta pudelē, to neatšķaidot;
- sagatavošanas rītā pacients ēdis brokastis;
- gados veci cilvēki ierodas bez pavadītāja;
- pacients, kurš regulāri lieto asinsspiediena vai sirds zāles, kolonoskopijas rītā medikamentus neiedzer;
- neievēro brīdinājumu, ka pēc procedūras 12 stundas nedrīkst vadīt automobili;
- pacientam nav informācijas, kā jāsatavojas, un nav receptes medikamentam.