

# PARA SE TË SHKOHET NË KLINIKËN GASTROENTEROLOGJIKE NË TË CILËN DO TË KRYHET KONONOSKOPIA, SIGUROHUNI QË KENI MARRË TË GJITHA ATO QË JU NEVOJITEN:

- kartën e sigurimit shëndetësor;
- vërtetimin e rekomandimit të lëshuar për ekzaminimin me kolonoskopi, të marrë nga mjeku juaj i zgjedhur i kujdesit parësor;
- pyetësin që keni plotësuar së bashku me mjekun tuaj të zgjedhur për kujdesin parësor;
- mundësisht rezultatet e mëparshme dhe të dhënat mjekësore që shpjegojnë më hollësisht gjendjen tuaj shëndetësore;
- broshurën e kolonoskopisë të marrë më parë, ku keni shkruar pyetjet e mundshme për mjekun; kurse pyetjet për gastroenterologun mund t'i shkruani këtu:

---

---

---

---

---

---

---

---

## Udhëzime për pastrimin e zorrëve para kolonoskopisë pasdite (ekzaminimi pas orës 12:00)

### NJË JAVË PARA KOLONOSKOPISË

- Merrni pastruesin e zorrëve MoviPrep® në kohën e duhur.
- Bisedoni me mjekun tuaj nëse ky bar është i sigurt për ju. Përshtatni marrjen e barnave, por vetëm nëse kjo këshillohet nga mjeku juaj.
- Mos hani bukë me drithëra të plota ose fruta me kokrriza dhe perime (rrush, kivi, domate - kokrrizat mund ngjiten përkohësisht në muret e zorrëve dhe të pengojnë ekzaminimin).
- Sigurohuni që të keni zbrazje të rregullt të jashtëqitjes një javë para kolonoskopisë suaj.

Ju rekomandojmë që të mos shkoni vetëm në ekzaminimin e kolonoskopisë, por t'ju shoqërojë dikush.

*Për një kolonoskopi të suksesshme, zorra duhet të pastrohet plotësisht para ekzaminimit. Është shumë e rëndësishme që gjatë përgatitjes të ndiqni këto udhëzime dhe ato të mjekut tuaj të kujdesit shëndetësor parësor*

### TRE DITË PARA KOLONOSKOPISË

- Mos hani më perime ose fruta të papërpunuara, perime dhe fruta me lëkurë të kuqe (p.sh. domate, speca të kuq, molla të kuqe, rrush etj.), fruta me fara (p.sh. kivi, mjedra etj.), produkte me miell integral, fara dhe fruta të thata, misër.
- Hani bukë të bardhë dhe produkte të miellit të bardhë, patate të qëruara, peshk dhe mish pa dhjamë, perime të gatuar dhe të qëruara dhe komposto.
- Sigurohuni që të pini mjaft lëngje (të paktën dy litra në ditë). Lëngu duhet të jetë transparent dhe pa ngjyrë të kuqe (të tillë si lëngu i panxharit, lëngu i boronicës ...).

## NJË DITË PARA KOLONOSKOPISË

- **Vaktin e fundit me ushqim të dendur mund ta hani 24 orë para kolonoskopisë.**
- **Për këtë vakt mund të hani** bukë të bardhë, simite dhe makarona të bëra me miell të bardhë, marmelatë pa copa apo fara frutash, mjaltë, mish ose proshutë pa dhjamë, peshk, puding, krepa, supa të holla, lëngje të tejudkshme frutash, drithëra misri dhe orizi, biskota, kos nga qumështi i skremuar, çaj dhe kafe pa qumësht.
- **Për këtë vakt nuk duhet të hani** ushqim me miell integral dhe krunde, muesli, ushqim me ngjyrosje të kuqe, fruta dhe perime, lëngje të trasha.
- **Pas vaktit të fundit të ushqimit të dendur, mos hani më ushqim të ngurtë.** Mund të konsumoni vetëm lëng të pastër në sasi të pakufizuar (lëngje të tejudkshme frutash, pa ngjyrë, supë të hollë, çaj dhe kafe pa qumësht, pije sportive në sasi të rekomanduara). Mos konsumoni qumësht, produkte qumështi, lëngje të trasha ose alkool.
- **Pas vaktit të fundit të ushqimit të dendur, është e nevojshme të pini dy litra Donat Mg<sup>®</sup>, i cili duhet të jetë në temperaturë ambiente dhe pa flluska (p.sh. hapeni atë një ditë më parë).**

## PËRGATITJA E PIJES LAKSATIVË

MoviPrep<sup>®</sup> është medikament në formë pluhuri për pastrimin e zorrëve, i cili përzihet në dy litra lëng laksativ.

Në paketim ka dy komplete bustinash. Secili komplet përbëhet nga bustina A dhe bustina B. **Përzieri përmbajtjen e një bustine A me përmbajtjen e një bustine B nga kompleti i parë me një litër ujë në temperaturë ambiente dhe përzieri derisa pluhuri të tretet plotësisht.** Përgatitni një litër tjetër lëngu në të njëjtën mënyrë. Pija mund të lihet në frigorifer ose në temperaturë ambiente deri në 24 orë. Ju rekomandojmë që ta ftohni pijen para se ta pini, sepse e tillë është shumë më e lehtë për t'u pirë. Pirja është më e lehtë nëse bëhet me pipëz.



## DITËN E KOLONOSKOPISË

Në mëngjes (të paktën një orë para se të filloni të pini laksativët), merrni barnat e zakonshme (përveç atyre që nuk duhet t'i merrni për arsye të ekzaminimit), por me sa më pak ujë të jetë e mundur.

**Litrin e parë të pijes filloni ta pini tetë orë para kolonoskopisë.**

Pini 2,5 dl pije çdo 15 minuta. Është e rëndësishme që të pini një litër të tërë pije brenda një ore. Nëse keni ndjesi të përzierash ose të vjellash, merrni dozën tuaj të radhës pas gjysmë ore dhe ndërkohë ecni nëpër banesë. Ecja kontribuon në pastrimin më të mirë.

Kur të pini litrin e parë të pijes laksative, pini edhe gjysmë litër të një lëngu tjetër të tejudkshëm sipas dëshirës. Rreth kësaj kohe, pastrimi i zorrëve do të fillojë dhe do të shfaqet diarreja, e cila do zgjasë afërsisht dy orë.

## PESË ORË PARA KOLONOSKOPISË

**Filloni të pini litrin e dytë të pijes 5 orë para kolonoskopisë.**

Pini 2,5 dl pije çdo 15 minuta. Pini një litër të plotë pije në një orë. Kur pini një litër tjetër pije, pini një gjysmë litër lëng tjetër të tejudkshëm të zgjedhur nga ju. Diarreja do të fillojë përsëri, duke zgjatur afërsisht dy orë.

Pas litrës së dytë të laksativëve, duhet të dalë lëng i pastër, gati i tejudkshëm, me ngjyrë paksa të verdhë, por pa copa jashtëqitjeje. Nëse lëngu ka shtesa, vazhdoni të pini Donat Mg<sup>®</sup>.

**TRE ORË PARA EKZAMINIMIT NUK DUHET KONSUMUAR ASGJË, DERISA EKZAMINIMI TË PËRFUNDOJË**