

KEV NPAJ TSOM SAIB KOJ TXOJ HNYUV LOJ UAS SIV HLUAV TAWS XOB NROG RAU MIRALAX GATORADE SPLIT PREP

Yuav cov khoom siv hauv qab no nyob ntawm tsev muag tshuaj ze koj lub zos.

2 - ntsiav tshuaj Bisacodyl

(Dulcolax® laxative TSIS YOG Dulcolax® cov tshuaj kho quav) txhua ntsiav tshuaj muaj 5 mg ntawm bisacodyl

2 - 8.3 ounce lub khob Polyethylene Glycol (PEG) 3350 Powder

(MiraLAX, SmoothLAX, ClearLAX or generic equivalent)

80 oz. Gatorade® (tsis muaj tus ntxhiab qab dab tsis li os cov xim liab)

Regular Gatorade®, Gatorade G2®, Powerade®, Powerade Zero®, Pedialyte los sis Propel®, Kua IV, thiab lwm yam dej haus electrolyte uas tau txais kev tso cai. Tsis pub siv cov xim liab; tag nrho lwm cov xim (daj, ntsuab, daj ceb, ntshav, xiav) siv tau.

KEV NPAJ RAU KEV TSOM SAIB KOJ TXOJ HNYUV LOJ UAS SIV HLUAV TAWS XOB - Rau koj txoj kev nyob nyab xeeb, **TSUM** txhob noj txhua yam uas muaj kua thiab lwm yam rau hauv qhov ncauj li 3 teev tom qab koj cov txheej txheem los sis koj cov txheej txheem yuav raug muab tso tseg thiab rov teem sij hawm dua tshiab. Thov ua raws li cov lus ntxaws hauv qab no.

Ncua tseg los sis teg lub sij hawm sib ntsib dua tshiab rau koj:

Yog tias koj kis tus kab mob COVID-19, raug tus kab mob COVID-19 los sis muaj cov tsos mob zoo li COVID-19 nyob rau lub sij hawm tom qab koj teem caij teem sij hawm no, thov hu rau peb lub chaw ua hauj lwm kom txiav txim siab seb peb puas tuaj yeem pub koj tuaj ntsib peb los sis tsis pub tuaj. COVID-19 cov lus qhia rau cov chaw kho mob yuav txawv cov lus qhia hauv zej zog. Tsis tas li ntawd, yog tias koj muaj cov tsos mob xws li mob npaws (xws li ua npaws, hnoos, ua tsis taus pa) tsis pub dhau 14 hnuv ntawm koj qhov kev teem caij, thov hu teem sij hawm dua tshiab. Yog tias koj muaj tej yam mob tshiab (xws li mob hlwb, teeb meem plawv, ua tsis taus pa), thov hu rau peb lub chaw ua hauj lwm. Yog tias koj xav ncua tseg los sis rov teem sij hawm rau lwm yam laj thawj, hu rau 612-871-1145 yam tsawg 72 teev ua ntej koj teem sij hawm.

Kev thauj mus los:

Koj yuav tsum npaj kom muaj ib tus neeg saib xyuas los koj mus rau koj qhov txheej txheem. Koj tus neeg saib xyuas yuav tsis raug tso cai nkag mus rau hauv qhov chaw kom txog rau thaum tau txais kev ceeb toom thaum yuav tuaj koom koj hauv chav kho mob thaum dhau qhov kev tshuaj ntsuam xyuas COVID-19. Kev caij tsheb tav xij tsis yog ib qho kev xaiv tshwj tsis yog tias koj tuaj nrog ib tus neeg saib xyuas. Yog tias koj tsis npaj kev thauj mus los nrog tus neeg saib xyuas, koj cov txheej txheem yuav raug muab tso tseg thiab rov teem sij hawm dua tshiab.

7 hnuv ua ntej:

- Tshem kev noj zaub mov uas muaj cov Fiber thiab cov tshuaj uas muaj hlau. Qhov no suav nrog vitamin ntau nrog hlau, Metamucil thiab Fibercon.
- Txheeb xyuas tus neeg tsav tsheb rau koj cov txheej txheem.

3 hnuv ua ntej:

- Pib noj cov khoom noj uas muaj Fiber qi. Kev noj zaub mov muaj fiber qi ntau pab ua kom kev ntxuav tu cov hnyuv huv dua qub.
 - Piv txwv li ntawm kev noj zaub mov muaj fiber qi ntau suav nrog (tab sis tsis txwv): qhob cij dawb, mov dawb, pasta, crackers, ntses, nqaij nqaij, qe, nqaij nyuj, txiv laum huab xeeb creamy butter, zaub siav / kua zaub, txiv hmab txiv ntoo hauv kaus poom, txiv tsawb, dib melons, mis nyuj, yogurt, mis nyuj khov, nyas zaub xam lav thiab lwm yam khoom noj. Yog tias koj noj zaub mov tsis muaj gluten, nrhiav cov khoom noj uas muaj tsawg dua 2 gram ntawm fiber ntau rau ib qho khoom noj muaj xws li qhob cij, pasta, waffles, pancakes, txias cereals, ncua mov, nplej crackers, thiab cov khoom qab zib nyob nrog mov.

- o Cov hauv qab no tsis raug tso cai nyob hauv cov khoom noj fiber qi muaj xws lis: noob txiv hmab txiv ntoo, taum, paj kws, bran, tag nrho cov nplej, pob kws, quinoa, txiv hmab txiv ntoo thiab zaub nyoos, berries thiab txiv hmab txiv ntoo qhuav, taum thiab lentils.

Yog xav paub ntxiv txog kev kev noj zaub mov uas muaj fiber qi, thov saib ntawm www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet

2 hnuab ua ntej:

- Txuas ntxiv noj cov khoom uas muaj Fiber qi.
- Haus tsawg kawg yog 8 khob dej txhua-txhua hnuab.
- Tsis txhob noj zaub mov noj thaum **11:45** teev tsaus ntuj.

1 hnuab ua ntej:

- Pib kev noj kev haus uas muaj kua ntshiab si (ntshiab si suav nrog cov khoom noj uas koj tuaj yeem pom).
 - o Piv txwv ntawm cov khoom noj khoom haus uas muaj kua dej ntshiab si muaj xws li: dej, kua zaub ntshiab si los sis kua nqaij(muaj kev xaiv uas tsis muaj cov gluten), Gatorade, Pedialyte los sis Powerade, carbonated thiab non-carbonated dej qab zib (Sprite, 7-Up, Gingerale), strained txiv hmab txiv ntoo tsis muaj pulp (txiv apples, white grape, cranberry dawb), Jell-O, popsicles, thiab kas fes dub los yog tshuaj yej (tsis muaj mis nyuj los sis khoom haus qab zib) txhua hnuab.
 - o Tsis tso cai noj cov khoom uas muaj kua dej ntshiab si xws lis hauv qab no: kua dej liab, dej cawv, khoom noj ua los ntawm mis, protein shakes, cream broths, kua txiv hmab txiv ntoo, cov khoom uas muaj roj thiab kev zom luam yeeb.
 - o Yog xav paub ntxiv txog kev kev noj kev haus uas muaj kua ntshiab si, thov saib ntawm <https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet>
- **Thaum tav su:** Noj 2 ntsiav tshuaj Bisacodyl (Dulcolax).
- **Ncua sij hawm 4-6 teev tsau ntuj:** Sib tov 1 taub ntim dej ntawm cov Miralax li 64 oz. Nrog rau Gatorade rau hauv lub khob rau dej kom loj. Haus 1 - 8 oz. Muab tso rau hauv lub khob iav pab kom cov tshuaj Miralax/Gatorade yaj. Haus txuas ntxiv li 1-8 oz. Muab tso rau hauv lub khob iav txhua-txhua 15 feeb tom qab ntawd kom txog thaum sib tov tag. Khaws cov tshuaj tso rau hauv tub yees los sis chaw rau khoom khov.

Txoj Hauv Kev Pab NTXUAV Tu Txoj hnyuv Loj: Haus dej kom txaus ua ntej thiab tom qab kev ntxuav tu txoj hnyuv txhawm rau pab kom muaj dej txaus nyob hauv txoj hnyuv. Nyob kom ze ntawm chav dej vim koj yuav mob raws plab. Txawm hais tias koj yuav zaum hauv chav dej, los yeej tuaj yeem haus cov tshuaj ntxuav txuas ntxiv tau txhua txhua 15 feeb. Yog tias koj xeev siab los sis ntuav, yaug koj lub qhov ncauj nrog dej, so li 15 mus rau 30 feeb thiab tom qab ntawd haus cov tshuaj ntxiv. Koj yuav tsis xis nyob txog rau thaum quav tau ntwis tawm ntawm koj txoj hnyuv (siv sij hawm ze li 2-4 teev). Tej zaum koj yuav hnov tias txias-txias.

Hnuab ntawm koj cov txheej txheem:

Koj yuav tsum noj tag nrho koj cov tshuaj thaum sawv ntxov nrog rau cov tshuaj ntshav siab, cov teev ntshav (yog tias koj tsis tau raug txwv kev noj cov tshuaj no los ntawm peb lub chaw hauj lwm), tshuaj methadone, tshuaj tiv thaiv qaug dab peg nrog dej me ntsi **3 teev ua ntej koj cov txheej txheem los sis ceev dua ntawv los tau**. Tsis txhob noj cov vitamins los sis khoom noj uas zoom tau. Yog tias koj muaj ntshav qab zib, hu rau koj tus kws kho mob saib xyuas kom paub ntxiv txog kev tswj cov tshuaj insulin thiab/los sis ntshav qab zib.

Txuas ntxiv noj zaub mov ntshiab si kom txog kiag li **3 teev ua ntej koj cov txheej txheem**, ces tsis txhob haus dej ntxiv lawm. Tsis txhob haus cov dej liab, dej cawv, khoom noj uas tsim los ntawm mis, protein shakes, cream broths, kua txiv hmab txiv ntoo, cov khoom uas muaj roj, zom haus luam yeeb thiab tshuaj txhaum cai. Kev siv cov no yuav ua rau koj cov txheej txheem raug muab tso tseg.

- **4 teev ua ntej yuav pib cov txheej txheem** (Piv txwv li: 3:30 teev sawv ntxov txog rau 7:30 teev sawv ntxov mam pib ua cov txheej txheem):
 - Haus Miralax - npaj Gatorade (yuav tsum ua kom tiav hauv ib teev)
 - Sib tov Miralax 4 hau ntawm lub khob tshuaj nrog rau 16 oz. ntawm Gatorade ces muab tso rau hauv lub khob haus dej kom loj.
 - Haus 1-8 oz. Muab tso hauv kho iav ntawm cov tshuaj Miralax / Gatorade txhua-txhua 15 feeb tom qab ntawd tos kom txog thaum cov khoom sib tov ploj mus. Qhov no yuav tsum siv sij hawm yauv luag li 30 feeb thiab yuav tsum ua kom tiav hauv 1 teev.
- **3 teev ua ntej yuav pib cov txheej txheem** (Piv txwv li: 4:30 teev sawv ntxov txog rau 7:30 teev sawv ntxov mam pib ua cov txheej txheem)
 - Tsum kiag tsis txhob noj haus cov khoom noj uas muaj kua.
 - Tsis txhob noj dab tsis rau hauv qhov ncauj kiag lis thaum lub sij hawm no.
 - Cia sij hawm kom ntau rau koj taug kev mus ua koj cov txheej txheem vim tias koj yuav tau nres thiab siv chav dej raws kev.

Koj yuav tau npaj txhij rau cov txheej txheem yog tias koj ua raws li tag nrho cov lus qhia thiab koj cov quav tsis tsim ntxiv lawm, tab sis yuav ua cov kua ntshiab los sis daj. Yog tias koj tsis paub meej tias koj txoj hnyuv huv los sis tsis huv, thov hu rau peb lub chaw hauj lwm ntawm tus xov tooj 612-871-1145 ua ntej koj yuav tawm mus rau lis lub sij hawm uas koj tau teem tseg.

QHIAS CEEB TXOG KEV TSOM SAIB TXOJ HNYUV LOJ LOS NTAWM HLUAV TAWS XOB

Kev tsom saib txoj hnyuv loj los ntawm hluav taws xob yog dab tsis?

Txoj kev tsom saib txoj hnyuv loj los ntawm hluav taws xob yog qhov tseeb tshaj plaws los tshawb xyuas cov paug hauv txoj hnyuv thiab kab mob kees xaws hnyuv, thiab yog ib txoj kev kuaj uas tuaj yeem tshem cov paug hauv txoj hnyuv tawm tau. Thaum ncuaj sij hawm ua cov txheej txheem no, tus kws kho mob tshuaj xyuas cov kab mob ntawm koj txoj hnyuv loj thiab lub qhov quav los ntawm tus kav dej uas muag-muag hu ua colonoscope. Lub colonoscope muab tso rau hauv lub qhov quav thiab maj mam dhau mus rau ntawm txoj hnyuv.

Txhawm tau txais cov txiaj ntsig zoo tshaj plaws, koj yuav tsum tau haus cov tshuaj ntxuav lub plab los pab ntxuav koj cov hnyuv. Txawm hais tias koj cov quav ntshiab si, nws yog ib qho tseem ceeb uas yuav tsum tau npaj rau cov plab hnyuv siab raum raws li qhia vim tias koj lub cev ib txwm tsim yam uas ua kua thiab cov paug hauv hnyuv me-me tuaj yeem nkaum hauv qab cov kua dej no.

Yuav muaj dab tsis tshwm sim thaum sij hawm tsom saib txoj hnyuv los ntawm hluav taw xob?

Npaj siv sij hawm ntev li 2 teev ntawm qhov chaw tsom saib hluav taw xob hauv hnuv los tsom hluav taws xob saib koj. Cov txheej txheem no yuav siv li 20 mus rau 40 feeb kom tiav.

Ua ntej txheej txheem:

Koj cov kev kho mob qub yuav raug tshuaj xyuas nrog koj los ntawm koj pab neeg saib xyuas kev noj qab haus huv suav nrog tus kws saib xyuas neeg mob, koj tus kws kho mob plab hnyuv thiab tus kws kho tshuaj loog thiab IV yuav raug muab tso tseg rau ntawv.

Ncuaj sij hawm txheej txheem:

Thaum ncuaj sij hawm txog koj cov txheej txheem, tus kws kho tshuaj loog yuav muab tshuaj thiab saib xyuas cov cim tseem ceeb uas yog txheej txheem hu ua Monitored Anesthesia Care (MAC). Thaum cov neeg mob feem ntau pw tsaug zog thaum ua lawv cov txheej txheem, muaj qee leej ceeb thiab ntshai. Tus kws tshuaj loog thiab/los sis tus kws kho mob uas muaj ntawv tso cai rau tshuaj loog (certified registered nurse anesthetist, CRNA) yuav pab txiav txim seb hom tshuaj twg tsim nyog yuav tau siv thaum lub sij hawm ua cov txheej txheem rau koj kom muaj kev nyab xeeb thiab yooj yim. Yog tias pom muaj cov nqaij los sis cov paug hauv hnyuv loj txawv txav, tus kws kho mob yuav muab tshem tawm los ntawm lub colonoscope thiab yauv tau soj ntsuam kom ze dua los sis biopsy.

Yuav muaj dab tsis tshwm sim tom qab cov txheej txheem?

Tus kws kho mob yuav tham nrog koj txog cov txiaj ntsig thawj zaug ntawm koj cov txheej txheem thiab yuav npaj ib daim ntawv taw qhia tag nrho rau tus kws kho mob uas xa koj mus rau kev kuaj kev tsom saib txoj hnyuv loj los ntawm hluav taws xob. Tej zaum koj yuav muaj qee qhov kev xeev siab los sis tsam plab tom qab ua tiav koj cov txheej txheem uas yog ib qho uas yeej ib txwm tshwm sim muaj tas lis thiab yuav tsum ploj sai sai los ntawm kev nrog rau keb pab ntawm cov roj gas. Cov qauv nqaij los sis cov paug hauv txoj hnyuv loj tshem tawm thaum ncuaj sij hawm ua cov txheej txheem yuav raug xa mus rau lub chaw kuaj mob ua kev soj ntsuam. Nws yuav siv sij hawm li 5-7 hnub raws lis sij hawm ua hauj lwm los ceeb toom rau koj txog ntawm cov txiaj ntsig los ntawm kev xa ntawv los sis los ntawm Patient Portal.

Koj tuaj yeem rov los ua koj cov hauj lwm feem ntau tsis tu ncuaj tau rau hnub tom qab qhov txheej txheem. Txawm li cas los xij, cov tshuaj muab thaum lub sij hawm ua cov txheej txheem yuav txwv tsis pub koj tsav tsheb thaum lub sij hawm seem ntawm hnub ntawd. Tsis tas li ntawd tseem tsis tau pub koj taug kev deb saum huab cua li 24 teev tom qab koj cov txheej txheem. Koj tuaj yeem rov los noj cov zaub mov zoo li qub tau, tab sis yuav tsum zam dej cawv kom txog rau hnub tom qab uas ua tiav koj cov txheej txheem.

Puas muaj teeb meem nrog kev kuaj tsom saib txoj hnyuv loj los ntawm hluav taws xob?

Txawm hais tias muaj teeb meem loj tsis tshua muaj pom ntau, tab sis txhua txoj kev kho mob yeej muaj kev phom sij. Kev phom sij los ntawm cov txheej txheem muaj xws li kev tsij nkam mus, los sis nqaij ntuag nyob rau ntawm txoj hnyuv, los ntshav los ntawm qhov chaw biopsy, kev sib tov ntawm cov tshuaj, teeb meem plawv thiab ntsws, thiab kev raug mob ntawm kau hniav los yog qhov muag.