

PREPARACIÓN PARA SU COLONOSCOPIA CON LA PREPARACIÓN DIVIDIDA MIRALAX GATORADE

Compre los siguientes suministros en su farmacia local.

2 - Tabletas Bisacodyl

(Laxante Dulcolax® NO el ablandador de heces Dulcolax®) cada tableta contiene 5 mg de Bisacodyl

2 - Botellas de 8.3 onzas de Polyethylene Glycol (PEG) 3350 en polvo

(MiraLAX, SmoothLAX, ClearLAX o el equivalente genérico)

80 oz. Gatorade® (no deben ser sabores de color rojo)

Se aceptan Gatorade® regular, Gatorade G2®, Powerade®, Powerade Zero®, Pedialyte o Propel®, Liquid IV y otro tipo de bebidas de electrolitos. No se permiten los sabores de color rojo; todos los demás colores (amarillo, verde, naranja, morado, azul) están bien.

PREPARACIÓN PARA LA COLONOSCOPIA. Para su seguridad, **SUSPENDA** el consumo de todo tipo de líquidos y nada por la boca 3 horas antes de su procedimiento, de lo contrario este se cancelará y se deberá reprogramar. Siga las instrucciones detalladas de abajo.

Cancelar o reprogramar su cita:

Si desarrolla COVID-19, está expuesto a COVID-19 o tiene síntomas de COVID-19 en cualquier momento después de que programe esta cita, llame a nuestro consultorio para determinar si está bien continuar con su visita. Las directrices en caso de COVID-19 para centros de atención médica pueden ser diferentes a las de la comunidad. Además, si tiene síntomas de gripe, (como fiebre, tos, falta de aire) en un plazo de 14 días antes de su cita, llame para reprogramar. Si tiene una condición médica diagnosticada recientemente (como diverticulitis, problemas cardíacos, problemas de respiración), llame a nuestro consultorio. Si necesita cancelar o reprogramar por algún otro motivo, llame al 612-871-1145, por lo menos 72 horas antes de su cita.

Transporte:

Debe hacer arreglos para que una persona responsable lo acompañe durante su procedimiento. Su persona responsable no tiene permiso de entrar al centro, hasta que se le notifique cuándo reunirse con usted en la sala de recuperación, después de haber pasado la evaluación de COVID-19. Trasladarse en un taxi no es una opción, a menos que usted vaya acompañado de una persona responsable. Si no puede hacer arreglos para transportarse con una persona responsable, su procedimiento se cancelará y será reprogramado.

7 días antes:

- Suspenda los suplementos de fibra y los medicamentos que contengan hierro. Esto incluye multivitaminas con hierro, Metamucil y Fibercon.
- Confirme un conductor que lo lleve a su procedimiento.

3 días antes:

- Empiece una dieta baja en fibra. Una dieta baja en fibra ayuda a que la limpieza sea más eficaz.
 - Ejemplos de una dieta baja en fibra, incluyen (entre otros): pan blanco, arroz blanco, pasta, crackers, pescado, pollo, huevos, carne de res molida, mantequilla de maní cremosa, vegetales cocidos/hervidos, fruta enlatada, bananas, melones, leche, yogur sin sabores, queso, aderezo para ensalada y otros condimentos.
- Si tiene una dieta sin gluten, busque artículos de menos de 2 gramos de fibra por porción, incluyendo pan, pasta, waffles, pancakes, cereales fríos, tortas de arroz, crackers de arroz y crema de arroz.

- o Las siguientes comidas no se permiten en una dieta baja en fibra: semillas, nueces, palomitas de maíz, afrecho, trigo entero, maíz, quinua, frutas y vegetales crudos, bayas y fruta deshidratada, frijoles y lentejas.

Para obtener más información sobre cómo seguir una dieta baja en fibra, consulte www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet

2 días antes:

- Continúe la dieta baja en fibra.
- Beba por lo menos 8 vasos de agua durante el día.
- Suspenda la comida sólida a las **11:45 p. m.**

1 día antes:

- Empiece con la dieta de líquidos claros (los líquidos claros son aquellos por los que puede ver a través de ellos).
 - o Los ejemplos de una dieta de líquidos claros incluyen: agua, caldo claro o consomé (hay opciones disponibles sin gluten), Gatorade, Pedialyte o Powerade, refrescos carbonatados o no carbonatados (Sprite, 7-Up, Gingerale), jugos de frutas exprimidas sin pulpa (manzana, uva blanca, arándano blanco), Jell-O, paletas de helado y hasta una taza de café negro o té (sin leche ni crema) al día.
 - o Los siguientes no están permitidos en una dieta de líquidos claros: líquidos rojos, alcohol, productos lácteos, batidos de proteína, caldos cremosos, jugo con pulpa, productos que contengan aceite y tabaco para masticar.
 - o Para obtener más información sobre cómo seguir una dieta de líquidos claros, consulte <https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet>
- **Al mediodía:** Tome 2 tabletas de Bisacodyl (Dulcolax)
- **Entre las 4:00 p. m. y 6:00 p. m.:** Mezcle una botella de Miralax con 64 oz de Gatorade en una jarra grande. Beba un vaso de 8 oz de la solución de Miralax/Gatorade. Continúe bebiendo un vaso de 8 oz cada 15 minutos en adelante, hasta finalizar la mezcla. Mantenga la solución en refrigeración.

Consejos para limpieza de colon: Beba cantidades adecuadas de líquido antes y después de la limpieza de colon para evitar la deshidratación. Manténgase cerca de un baño porque tendrá diarrea. Incluso, si está sentado en el inodoro, continúe bebiendo la solución de limpieza cada 15 minutos. Si siente náusea o vomita, enjuáguese la boca con agua, tome un descanso de 15 a 30 minutos, y luego continúe bebiendo la solución. Sentirá molestias hasta que haya evacuado las heces del colon (de 2 a 4 horas). Es posible que sienta frío.

Día del procedimiento:

Puede tomar todos sus medicamentos de la mañana, incluyendo los medicamentos para la presión, anticoagulantes (en caso de que nuestro consultorio no le haya indicado que los suspendiera), methadone, anticonvulsivos con sorbos de agua, **3 horas antes de su procedimiento o antes**. No tome ninguna vitamina ni suplementos masticables. Si tiene diabetes, comuníquese con su proveedor de monitoreo para obtener más instrucciones sobre la insulina o control del azúcar en la sangre.

Continúe con la dieta de líquidos claros hasta **3 horas antes de su procedimiento**, después deje de beber. Evite los líquidos rojos, alcohol, productos lácteos, batidos de proteína, caldos cremosos, jugo con pulpa, productos que contengan aceite, tabaco para masticar y drogas ilícitas. El uso de los anteriores dará como resultado que se cancele su procedimiento.

- **4 horas antes de la hora de su procedimiento** (por ejemplo, 3:30 a. m. para un procedimiento a las 7:30 a. m.):

- o Tome la preparación de Miralax – Gatorade (se debe completar en una hora)
- o Mezcle 4 tapas de Miralax con 16 oz de Gatorade en una jarra grande.
- o Beba un vaso de 8 oz de la solución de Miralax/Gatorade cada 15 minutos de ahí en adelante, hasta finalizar la mezcla. Esto debe tomar aproximadamente 30 minutos y se debe completar en una hora.
- **3 horas antes de la hora de su procedimiento** (por ejemplo, 4:30 a. m. para un procedimiento a las 7:30 a. m.)
 - o DEJE de consumir toda clase de líquidos.
 - o No tome nada por vía oral durante este tiempo.
 - o Planifique un tiempo más para llegar al procedimiento, ya que es posible que necesite detenerse y usar un baño en el camino.

Usted está listo para el procedimiento si siguió todas las instrucciones y ya no se forman heces, sino líquido claro o amarillo. Si no está seguro si el colon está limpio, llame a nuestro consultorio al 612-871-1145, antes de salir para su cita.

DESCRIPCIÓN DE LA COLONOSCOPIA

¿Qué es la colonoscopia?

La colonoscopia es la prueba más precisa para detectar pólipos en el colon y cáncer de colon, y es la única prueba con la que se pueden quitar los pólipos. Durante este procedimiento, un médico examina la pared del intestino grueso y del recto por medio de un tubo flexible llamado un colonoscopio. El colonoscopio se inserta en el ano y se dirige lentamente por el colon.

Para producir resultados óptimos, usted beberá un preparado de limpieza intestinal para ayudar a limpiar el colon. Incluso, si las evacuaciones son claras, es importante tomar toda la preparación para el colon como se recetó, ya que el cuerpo siempre está produciendo líquidos y los pólipos pequeños se pueden ocultar detrás de este fluido.

¿Qué sucede durante una colonoscopia?

Planifique pasar por lo menos 2 horas en el centro para endoscopías el día de su colonoscopia. El procedimiento en sí toma alrededor de 20 a 40 minutos para completarlo.

Antes del procedimiento:

Su equipo de atención médica revisará su historia médica con usted, incluyendo un enfermero, su médico gastroenterólogo y un proveedor de anestesia, y se le colocará una vía intravenosa.

Durante el procedimiento:

Durante el procedimiento, el proveedor de anestesia administrará medicamentos y monitoreará los signos vitales, que es un proceso conocido como Atención de anestesia monitoreada (Monitored Anesthesia Care, MAC). Aunque la mayoría de pacientes duermen durante el procedimiento, algunos permanecen despiertos y conscientes. El anestesista o el enfermero anestesista registrado certificado (CRNA) ayudarán a determinar el tipo de medicamento apropiado a usar durante el procedimiento para mantenerlo seguro y cómodo. Si se llegara a encontrar tejido anormal o pólipos, el médico puede quitarlos por medio del colonoscopio para hacer un examen más detenido o biopsia.

¿Qué sucede después del procedimiento?

El médico hablará con usted sobre los resultados iniciales del procedimiento y preparará un reporte completo para el proveedor de atención médica que lo remitió para la colonoscopia. Puede sentir algunos calambres o hinchazón después del procedimiento, lo que es normal, y estos deberían desaparecer rápidamente conforme se expulsa el gas. Cualquier muestra de tejido o pólipo que se haya quitado durante el procedimiento se enviará al laboratorio para evaluación. Tomará entre 5 a 7 días hábiles para que le notifiquen los resultados por correo postal o por medio del Portal de pacientes.

Puede reanudar la mayoría de sus actividades regulares el día después del procedimiento. Sin embargo, por el medicamento que se le administró durante el procedimiento, está prohibido que conduzca por el resto del día. También se recomienda evitar viajes aéreos durante 24 horas después de su procedimiento. Puede reanudar su dieta normal, pero se debe evitar el alcohol hasta el día siguiente después de su procedimiento.

¿Existe alguna posible complicación con la colonoscopia?

Aunque las complicaciones graves son raras, cualquier procedimiento médico tiene riesgos potenciales. Los riesgos derivados del procedimiento incluyen, perforación o la rasgadura de la pared del colon, sangrado en el lugar de la biopsia, reacción a los medicamentos, problemas del corazón y pulmones, y lesiones dentales o de la vista.