

PREPARACIÓN DEL/DE LA PACIENTE PARA LA COLONOSCOPIA: PREPARACIÓN DE DOSIS DIVIDIDA DE MIRALAX

Su colonoscopia con el doctor/la doctora _____ está programada para el ____ / ____ / ____ en Barton Memorial Hospital 2170 South Ave South Lake Tahoe, CA 96150. Se registrará en la entrada principal del hospital. Si no puede asistir a su cita el mismo día, por favor llame al Departamento de Endoscopia al **530-543-5960**. Por favor llame si tiene algún síntoma de fiebre, tos o insuficiencia respiratoria el día de su procedimiento. Su cita de seguimiento en el consultorio será: fecha: _____ hora: _____

Si necesita cambiar o cancelar su cita antes del día de la cita, por favor llame al consultorio al **530-543-5691** (Dr. Shepard o Evans) o al **530-543-5985** (Dr. Brumand).

Una enfermera/un enfermero le llamará de 1 a 2 semanas antes de su cita para analizar las instrucciones, ofrecerle un horario de llegada, contestar preguntas y programar una prueba de Covid antes del procedimiento. Responda al teléfono o devuelva la llamada de la enfermera/del enfermero. *Lea y siga todas las instrucciones en su totalidad. Si su colon no está limpio, su procedimiento tendrá que ser reprogramado.*

Deberá adquirir lo siguiente:

- Miralax (polietilenglicol 3350), un frasco de 238 gramos. El genérico o la marca de la tienda funciona tan bien como la marca registrada. La receta no es obligatoria.
- SI NO PUEDE ENCONTRAR EL FRASCO DE 238 GRAMOS: 14 de los paquetes de dosis individuales es la misma cantidad. Esto puede exigir que compre más de una caja de paquetes.
- Comprimidos de Dulcolax (bisacodil), una caja que contiene al menos 4 comprimidos. El genérico o la marca de la tienda funciona tan bien como la marca registrada. La receta no es obligatoria.
- 64 onzas de Gatorade u otra bebida deportiva isotónica de cualquier sabor que no sea color rojo ni púrpura.
- Una variedad de líquidos claros para beber el día antes de su colonoscopia: Jugo de frutas claro sin pulpa, Gatorade u otra bebida deportiva, refrescos claros, gelatina, caldo claro, agua con gas. Evite los colores rojo y púrpura.
- También puede comprar toallitas húmedas de limpieza y ungüento calmante, como Vaseline o Desitin para proteger el área anal.



7 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA:

- Evite nueces, semillas, granos enteros, frijoles, maíz, frutas y verduras crudas para facilitar la limpieza del colon. Un colon limpio significa un examen completo.

- Deje de tomar hierro, multivitaminas y suplementos herbarios. Estos pueden afectar el sangrado o dificultar la limpieza del colon.
- Suspenda los medicamentos para la diarrea, como Imodium y Kaopectate.

3 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA:

- Deje de tomar ácido acetilsalicílico (aspirina), ibuprofeno (Motrin), naproxeno (Aleve) u otros AINE de venta libre. Si un médico/una médica le ha recetado aspirina; por favor siga las instrucciones que la enfermera/el enfermero de Barton le dio para tomar su aspirina.
- Compre sus medicamentos de preparación intestinal si aún no lo ha hecho.
- Consuma una dieta baja en residuos (baja en fibra) para que el colon sea más fácil de limpiar.

La dieta baja en residuos significa que puede comer:

- Frutas y verduras bien cocidas o enlatadas sin semillas, que incluye: espárragos, betabel, zanahorias, champiñones, judías verdes y patatas sin piel.
- Pollo, pescado, carne de ternera, cerdo, tofu o huevos. Leche, queso, helado sin nueces ni semillas y yogur.
- Productos horneados preparados con harina blanca, tortas, galletas, budín, crema de trigo/sémola, arroz blanco y pastas y fideos refinados.
- Margarina, mantequillas/aceites, salsas suaves y aderezos.
- Plátanos maduros, melón, aguacate, melón verde, melón cantalupo.
- Caramelos duros y paletas heladas.

Evite los alimentos con alto contenido de fibra, incluidos frutos secos, semillas, pan integral de trigo, avena/cereales, granola, frijoles, maíz/palomitas de maíz, pimienta, frutas o verduras crudas/secas con semillas y piel, ensaladas, bebidas con pulpa, suplementos nutricionales que contienen fibra.

1 DÍA ANTES DE LA COLONOSCOPIA:

- En la mañana cuando despierte; comience su dieta líquida clara y mezcle su solución de Miralax y Gatorade para que esté lista para beber esa tarde.
- Para preparar la solución de preparación intestinal: Mezcle todo el frasco de 238 gramos de polvo de Miralax con las 64 onzas de Gatorade, agite hasta que Miralax se disuelva (divídalo de manera uniforme si tiene 2 botellas de Gatorade) y colóquelo en la nevera para enfriarlo.
- No siga las instrucciones de dosificación del frasco Miralax. Utilizará TODA la botella de polvo. Si compró los paquetes individuales de Miralax: utilizará un total de 14 paquetes para igualar 238 gramos.
- **No ingiera NINGÚN alimento sólido el día antes de su colonoscopia.** Limite su dieta a líquidos claros solamente.
- Beba muchos líquidos claros el día antes de la colonoscopia. Un líquido claro es transparente, no incoloro (líquidos a través de los cuales se puede leer un periódico). Los líquidos claros incluyen: Agua, agua mineral, caldos libres de grasa (pollo, carne de res, verduras, o caldo de hueso), jugos de frutas sin pulpa claros (limonada, manzana, uva blanca o jugo de arándano blanco), Crystal Light, Gatorade u otras bebidas deportivas, ginger ale y otros refrescos carbonatados y no carbonatados.
- Bebidas, café o té negro (sin leche ni crema), gelatina hecha con agua (no leche), paletas heladas sin pulpa de fruta.
- Evite líquidos con coloración roja o púrpura. Estos pueden parecer sangre cuando examinamos su colon.
- Evite el alcohol el día anterior a la colonoscopia.
- Comience su preparación intestinal a la hora indicada y tómela completamente para asegurar un buen examen.

PREPARACIÓN INTESTINAL

(se debe realizar un día antes del procedimiento)

- Dividirá la mezcla Miralax-Gatorade en dos mitades y beberá cada mitad según la siguiente línea de tiempo:
- A las 12 p.m., tome 4 tabletas de Dulcolax con 8 onzas de un líquido claro (cada tableta de Dulcolax tiene 5mg para un total de 20 mg).
- A las 4:00 PM, empiece a beber 8 oz. (Un vaso) de la mezcla Miralax-Gatorade cada 10-15 minutos hasta que haya terminado LA MITAD (32 onzas) de la mezcla. Refrigere la mitad restante de la solución de preparación. Beberá la mitad restante de la mañana.

- Beba 16 onzas adicionales del líquido claro de su elección después de consumir la mezcla de preparación intestinal para mantenerse hidratado durante las próximas 1-2 horas.

Consejos para la preparación del intestino:

- El uso de una pajita puede ayudarle a beber la mezcla Miralax-Gatorade más fácilmente.
- Si está trabajando el día antes de su procedimiento, organícese para estar en su casa para comenzar a beber su solución de preparación intestinal. Desarrollará diarrea significativa después de beber la preparación. Planee estar cerca de un baño una vez que comience a beber su solución de la preparación del intestino.
- Es esperable que tenga diarrea severa con distensión abdominal leve y calambres. Esta es una respuesta normal a estos medicamentos y significa que el medicamento está trabajando para eliminar las heces de su colon.
- Si tiene náuseas o vómito: deje de beber la solución de preparación intestinal durante 30-60 minutos y luego reanude lentamente. Beber la solución más lentamente puede ayudarle a terminar toda la preparación intestinal.
- Es muy importante terminar todas las soluciones y tabletas de preparación intestinal. Si su intestino no está limpio cuando llega, su procedimiento tendrá que ser reprogramado para prevenir un examen incompleto o deficiente.
- Tenga en cuenta el color y la transparencia de sus evacuaciones intestinales para que pueda avisar a la enfermera/el enfermero. Un resultado “claro” es transparente, acuoso y claro o de color amarillo.
- Manténgase hidratado con al menos 12 vasos de líquido claro de su elección (8-10 oz cada uno) durante todo el día, además de la solución de preparación intestinal, para prevenir la deshidratación.
- Si su trasero sigue dolorido durante la preparación, puede utilizar toallitas de bebé, vaselina o Desitin aplicados en el área anal para aliviar sus síntomas.

DÍA DE LA COLONOSCOPIA:

- 6-8 horas antes de la hora del procedimiento, aunque sea a la medianoche, comience a beber la otra mitad (32 onzas) de la mezcla de Miralax-Gatorade. Beba 8 oz. (un vaso) cada 10-15 minutos hasta que termine la mezcla. Luego, beba 16 onzas adicionales de líquido claro. Debe dejar de beber toda su preparación intestinal y cualquier líquido adicional 4 horas antes de la hora de su procedimiento programado. El tiempo adecuado es importante.
- Puede seguir bebiendo líquidos claros hasta **4 horas** antes de *su hora de llegada*. Tome cualquier medicamento necesario para el corazón, presión arterial, anticonvulsivos o para el Parkinson en este rango de tiempo.
- **Debe tener un acompañante que lo lleve a su casa.** No puede tomar un taxi ni Uber solo/a ni caminar a su casa después de tener sedación. Si no tiene un acompañante, no puede tener un procedimiento con sedación. No se harán excepciones.
- Tenga la información de contacto para su regreso a casa y pídale que respondan a nuestra llamada. Debemos poder confirmar su recorrido.
- Quítese las joyas y los piercings antes de llegar al hospital.
- No traiga objetos de valor al hospital. Traiga contenedores para guardar dentaduras postizas, puentes extraíbles, lentes de contacto, audífonos y gafas. Traiga su identificación y tarjeta de seguro.
- Por favor, no traiga medicamentos de casa al hospital, excepto inhaladores.
- Planee estar en el hospital durante aproximadamente tres horas. Su acompañante no tiene que quedarse en el hospital. Deben permanecer a 30 minutos en coche del hospital y estar disponibles por teléfono.
- No podrá trabajar ni manejar el día de su procedimiento. En la mayoría de los casos, puede reanudar sus actividades normales al día siguiente.

SI TOMA MEDICAMENTOS PARA LA DIABETES:

- Es posible que tenga que cambiar la forma en que toma los medicamentos orales para la diabetes y la insulina en los días previos al procedimiento.
- Una enfermera/un enfermero le dará instrucciones sobre cualquier cambio obligatorio para sus medicamentos para la diabetes durante la llamada telefónica previa al procedimiento que se lleva a cabo 1-2 semanas antes de su procedimiento. Por favor, asegúrese de contestar el teléfono o devolver la llamada de la enfermera/el enfermero para que pueda recibir estas instrucciones importantes.

SI TOMA ANTICOAGULANTES O AINE:

- Es posible que tenga que dejar de tomar su anticoagulante o AINE antes del procedimiento si es seguro hacerlo.
- Una enfermera/Un enfermero le dará instrucciones específicas para el anticoagulante o AINE que está tomando durante la llamada telefónica previa al procedimiento que se lleva a cabo 1-2 semanas antes del procedimiento. Por favor, asegúrese de contestar el teléfono o devolver la llamada de la enfermera/el enfermero para que pueda recibir estas instrucciones importantes.
- Si la enfermera/el enfermero le indica que mantenga su anticoagulante o AINE durante varios días, hágalo, ya que disminuirá su riesgo de sangrado después del procedimiento. Díganos a su llegada el día del procedimiento si interrumpió su anticoagulante o continuó tomándolo.
- Los medicamentos para el dolor de venta libre clasificados como AINE deben mantenerse durante 3 días antes de su procedimiento.

OTROS MEDICAMENTOS RECETADOS:

- La mayoría de los otros medicamentos recetados se tomarán como lo hace normalmente. Una enfermera/un enfermero de Barton hablará con usted antes de su procedimiento para darle instrucciones específicas con respecto a los medicamentos que toma.

| Agentes antiplaquetarios y anticoagulantes: | Medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINES): |
|--|---|
| La mayoría de los demás medicamentos recetados se tomarán como lo hace normalmente. Una enfermera/un enfermero de Barton hablará con usted antes de su procedimiento para darle instrucciones específicas con respecto a los medicamentos que toma. Rivaroxaban (Xarelto) Dabigatran (Pradaxa) Aspirina Aspirina con recubrimiento entérico Apixaban (Eliquis) Enoxaparina (Lovenox) Dipiridamol/aspirina (Aggrenox) Polisulfato de pentosán (Elmiron) Cilostazol (Pletal) Prasugrel (Effient) Ticagrelor (Brilinta) Warfarina (Coumadin) Heparina Dipiridamol (Persantine) Ticlopidina (Ticlid) Anisindiona (miradón) Clopidogrel (Plavix) | Ibuprofeno (Motrin, Advil, Nuprin, Rufen) Diclofenaco (Voltaren) Naproxeno (Aleve) Oxaprozina (Daypro) Ketoprofeno (Actron, Orudis) Sulindac (Clinoril) Meloxicam (Mobic) Indometacina (Indocina) Piroxicam (Feldene) Ketorolac (Toradol) Nabumetona (Relafen) Tolmetina (Tolectina) |

