

# KOLONOSKOPI HAZIRLIĞI (Fosfo-Fleet-Soda ile)

**Hasta Adı:**.....

**Hazırlık Tarihi:**..... **Kolonoskopi Tarihi:**.....

Kolonoskopiden 5 gün öncesinde aspirin, coumadin, heparin gibi kan sulandırıcı, ilaçları kesmeniz gerekmektedir.

Kolonoskopi yapılacak günün bir gün öncesinde;

- 1-- Sabah 7:30 'da hafif bir kahvaltı edebilirsiniz. (Bugün başka hiçbir katı gıda almayacaksınız.)
- 2-- Tüm gün boyunca bol miktarda su ve "berrak" sıvılar almanız gerekecektir. Çay, kahve (süt ve kremasız), posa içermeyen meyva suları, et ya da tavuk suyu, hoşaf suyu, tanesiz "berrak" çorbalar alabilir ve "renksiz" olmak kaydı ile "jeli-bon" benzeri şeyleri yiyebilirsiniz. Aç kalmaya ileri derecede duyarlı iseniz 1-2 kutu "ensure" içebilirsiniz. Kırmızı, mavi ya da mor boya içeren sıvılar almayın.

## **Saat 13:00:**

90 ml'lik (ya da iki adet 45'lik) **fosto-fleet-soda'yı** bir meyve suyuna katarak 30-40 dakikada içiniz. Birkaç saat içinde ishal başlayacaktır!

## **Saat 19:00:**

90 ml'lik (ya da iki adet 45'lik) **fosto-fleet-soda'yı** bir meyve suyuna katarak 30-40 dakikada içiniz.

İshal durumu gece 23:00-24:00 gibi sona erecektir. Sabah uyandıktan sonra aç karına randevunuza gidiniz.

## **Bazı rahatlatıcı önlemler:**

- Tercihen evdeki tuvaletlerden birini hazırlık günü kendinize ayırın. Bol miktarda kaliteli tuvalet kağıdı, ıslak temizleyici kağıtlar bulundurmaya ihmal etmeyin. Çok kez ve ishal biçiminde dışarı çıkmanız gerekeceğinden bepanten veya vazelin ya da benzeri merhemler ile anus çevresini koruyabilirsiniz.
- Evde sizin ilgilenmeniz gereken yaşlı ya da çocuklar varsa hazırlık günü boyunca birinden yardım talep edin ki rahat ve stressiz biçimde hazırlığınızı yapabilsin.
- İlaçlı sıvıyı tercihen soğuk ve kışıkla ve kışığın arkasını dilin epeyce arkasına doğru konuşlandırarak ve mümkün olduğunca hızlı için. Tabı çok hoş olmayan bu sıvıları Cool-Aid ya da Lezzo (kırmızı, mavi, mor renk hariç) gibi tozlarla tatlandırarak ya da meyve suyuna katarak alabilirsiniz. Her bardak biter bitmez bir limon dilimi ya da sert bir seker emmek kötü tadın farkına varmamanızı sağlayacaktır.
- Tuvalete yakın olun, bol dergi ve meşgul olabileceğiniz diğere materyalleri tuvalette hazır edin. Çünkü epey vakit geçireceksiniz tuvalette.

**Prof. Dr. Mehmet Ali Yerdel**