

Undirbúningur fyrir ristilspeglun með PICOPREP

Miðstöð meltingarlækninga, 3. hæð vesturhús, Læknastöðinni Glæsibæ
Álfheimum 74, 104 Reykjavík, www.mml.is

PICOPREP / CITRAFLEET (fæst án lyfseðils í apóteki).

Flestir fá lyfjaforgjöf fyrir rannsókn og má því ekki aka bíl eða stjórna vélum í a.m.k. 6.klst eftir rannsóknina.

<p>ATH! Í 2-5 DAGA FYRIR RANNSÓKNINA</p>	<p>Ef þú tekur blóðþynnandi lyf s.s. Xarelto, Eliquis, Lixiana, Kóvar, Warfarin, Plavix, Grepid, Clopidogrel, Brilique, Ticlid, Effient eða Pradaxa er stundum ráðlagt að gera hlé á inntöku lyfjanna, en einungis í samráði við lækni. Öll önnur lyf áttu að taka eins og vanalega.</p>
<p>Í EINA VIKU FYRIR RANNSÓKNINA</p>	<p><i>Forðast skal neyslu á mjög grófum kornum og heilum fræjum (t.d. neyslu á heilkornabrauði).</i> Ef þú notar járntöflur skal gera hlé á notkun þeirra. Ekki taka lýsi þessa viku</p>
<p>TVEIM DÖGUM FYRIR RANNSÓKNINA</p>	<p>Fljótandi tært fæði – sjá lista aftar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Drekkið a.m.k. 2 ltr. yfir sólarhringinn • Mikilvægt er að drekka vökva sem inniheldur sykur og sölt. Ekki innbyrða eingöngu vatn!
<p>DAGINN FYRIR RANNSÓKNINA</p>	<p>Áfram tært fljótandi fæði – sjá lista aftar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klukkan 18.00 tekur þú fyrra bréfið af PICOPREP/CITRAFLEET • Drekkið a.m.k. 2 ltr. af tærum vökva næstu 2 klst. • Það getur tekið lyfið allt að 1-6 klst. að virka eftir að þú tekur fyrra bréfið. • Muna að innbyrða ekki bara vatn!
<p>SAMA DAG OG RANNSÓKNIN FER FRAM</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 5 klst. fyrir speglun tekur þú seinna bréfið af PICOPREP/CITRAFLEET • Drekkið a.m.k. 2 ltr. af tærum vökva næstu 2 klst. – sjá lista. • Muna að innbyrða ekki einungis vatn! <p>Áfram tært fljótandi fæði þar til 2 klst. fyrir rannsókn, síðan FASTANDI.</p>

SVONA ER PICOPREP TEKID:

1. Taktu glas með 150 ml. af köldu vatni.
2. Helltu duftinu úr einu bréfi í vatnið.
3. Hrærðu í blöndunni í 2 – 3 mínútur. Þegar ekki lengur freyðir er blandan tilbúin. Blandan mun vera ógegnisæ/beinhvít. Drekktu nú blönduna, helst innan 15 mínútna.
4. **Drekið a.m.k. 2 ltr. af tærum vökva eftir hvort bréf.** (Sjá dæmi um tært fljótandi fæði).

Áður en blandan er drukkin, er gott að fyrirbyggja óþægindi við endaparm og nota vatnsfráhrindandi kremi s.s. A+D krem.

Mikilvægt er að drekka mjög vel af vökva allan undirbúningstímann og hreyfa sig vel.

Drekið gjarnan mismunandi vökva og **alls ekki** eingöngu vatn. Athugið að ekki má neyta mjólkurvara. Einnig skal forðast litsterka safa eins og rauðrófusafa eða aðra rauða drykki.

Dæmi um tært fljótandi fæði:

- Síaðar, tærar, ávaxta- og grænmetissúpur. Tilvalið að nota súputeninga og tærar pakkasúpur.
- Síuð kjötsúpa
- Ávaxtasafar án aldinkjöts.
- Gosdrykkir (ekki sykurlausa því líkaminn þarf á orku að halda), Gatorade, Powerade, Aquarius.
- Te og svart kaffi, gjarnan með sykri eða hunangi (án mjólkur)
- Frostpinnar án súkkulaðis.
- Pilsner, malt
- Það má vera með tyggjó og einnig sjúga opal eða brjóstsýkur

Ef nánari upplýsinga er þörf hafið þá samband við starfsfólk okkar í síma
535-6800 alla virka daga milli kl. 08-16.

Gangi þér vel,
Kveðja,
starfsfólk Miðstöð Meltingarlækninga

Sérfræðingar í meltingarsjúkdómum

Guðmundur Ragnarsson, læknir, PhD.
Hafsteinn Óli Guðnason, læknir.
Halldóra Kristín Magnúsdóttir, læknir.
Kjartan B. Örvar, læknir.
Sigurjón Vilbergsson, læknir.
Trausti Valdimarsson, læknir, PhD.

Sérfræðingar í skurðlækningum

Anna Sverrisdóttir, læknir.
Helgi Birgisson, læknir, PhD.
Sigurður Blöndal, læknir.