

KOLONOSKOPIJA

(Navodila pacientom)

Spoštovani, vaš zdravnik vas je napotil na kolonoskopijo, ki je potrebna za oceno in zdravljenje vaše bolezni. Da bi lažje razumeli preiskavo, smo za vas pripravili nekaj informacij. V kolikor česa ne boste razumeli, se lahko pred preiskavo pogovorite z osebjem v Endoskopskem centru.

KAJ JE KOLONOSKOPIJA?

Kolonoskopija je endoskopska preiskava debelega črevesja in končnega dela tankega črevesja s pomočjo tankega in upogljivega inštrumenta (kolonoskopa). Preiskavo opravlja za to usposobljen zdravnik. Kolonoskopija je primerna za oceno in v številnih primerih tudi za zdravljenje bolezni debelega črevesa. Izvaja se v primeru nejasnih krvavitev, sledov krvi v blatu, nepojasnjene slabokrvnosti, motenega ritma odvajanja, nenadnih zaprtosti, menjajočih obdobjih driske in zaprtja, nepojasnjenih bolečin v trebuhu, pretakanja, napenjanja, hujšanja, presejalnih programov za odkrivanje zgodnjih predrakavih sprememb na črevesju ter v primeru dedne obremenjenosti z rakom črevesja. S samo preiskavo lahko odkrijemo vnetja, razjede ali tumorske spremembe, ki so nastale v debelem črevesu. Med samo preiskavo se lahko opravi tudi določene posege, na primer odstranitev polipov, zaustavljanje krvavitev ali odvzem tkiva za histološki pregled.

KAKO NAJ SE PRIPRAVIM NA PREISKAVO?

Če prejimate zdravila proti strjevanju krvi - antikoagulacijska ali antiagregacijska zdravila, npr. Plavix, Aspirin, Fragmin, Clexane, Fraxiparine, Arixtra, Marevan, Pradaxa, Eliquis, Xarelto, ki povečajo nevarnost krvavitve, se o jemanju teh zdravil pravočasno, vsaj 1 teden pred preiskavo nujno posvetujte z izbranim osebnim zdravnikom oz. z zdravnikom v Ambulanti za antikoagulantno zdravljenje.

Okvirni čas prekinitve prejemanja antiagregacijskih in antikoagulantnih zdravil:

- **Plavix:** prekinemo 5-7 dni pred posegom.
- **Aspirin:** zdravljenja ne prekinjamo.
- **Fragmin, Clexane, Fraxiparine:** bolnikom, ki prejema podaljšano zdravljenje s terapevtskimi odmerki NMH, zdravilo ukinemo 24 ur pred posegom. Zadnji odmerek, ki ga bolnik prejme, naj znaša le polovico terapevtskega odmerka.
- **Arixtra 2.5 mg/0.5 ml:** bolnik ne sme prejeti aplikacije fondaparinuksa 24 ur pred posegom. V kolikor bolnik prejema drugačen odmerek zdravila je indiciran nujen posvet z zdravnikom v Ambulanti za antikoagulantno zdravljenje glede pravočasne ukinitve aplikacije zdravila.
- **Marevan ali drug zaviralec vitamina K:** zdravilo ukinemo 5 dni pred posegom. Ciljni INR v času posega je manj ali enako 1.5. Bolniki z majhnim in zmernim tveganjem za trombembolični dogodek ne potrebujejo nadomestnega zdravljenja s terapevtskim odmerkom NMH. Bolnikom z velikim tveganjem za trombembolijo že pred posegom, takoj ko INR doseže spodnjo mejo ciljnega območja, uvedemo terapevtski odmerek NMH, ki ga prilagodimo telesni teži in ledvični funkciji. Zadnji polovični terapevtski odmerek NMH naj bolnik prejme 24 ur pred posegom.
- **NOAK (Pradaxa, Eliquis, Xarelto):** pri določanju časa prekinitve antikoagulacijskega zdravljenja je potrebno upoštevati bolnikovo ledvično funkcijo. Pri bolnikih z normalno ledvično funkcijo mora od zaužitja zadnjega odmerka zdravila do posega preteči najmanj 24 ur, pri bolnikih z okrnjeno ledvično funkcijo pa več (glej tabelo).

Antikoagulacijsko zdravilo	Ledvična funkcija oGF (ml/min)	Ukinitiv zdravila pred posegom (ure)
Pradaxa	>50	24-48
	30-50	≥48
Eliquis, Xarelto	>50	≥24
	30-50	24-48

Prav tako se z izbranim osebnim zdravnikom ali diabetologom posvetujte tudi o jemanju zdravil za sladkorno bolezen. Med pripravami na preiskavo in na sam dan preiskave je namreč potrebno prilagoditi odmerke diabetične terapije glede na izmerjen krvni sladkor.

Za uspešno izvedbo kolonoskopije je pomembna dobra preglednost črevesja, kar pomeni, da mora biti celotno črevo pred preiskavo prazno (brez blata) in temeljito očiščeno. V kolikor črevo ni popolnoma sčiščeno, je preiskavo težko oziroma nemogoče izvesti.

Teden dni pred kolonoskopijo:

Ne uživajte polnozrnatega kruha ali sadja, ki ima drobne pečke (na primer grozdje, kivi, paradižnik, lubenica ...), saj se lahko začasno ujamejo v stene črevesja in tako ovirajo preiskavo.

Tri dni pred preiskavo:

Ne uživajte nobene surove zelenjave, sadja in zelenjave z rdečim olupkom (na primer paradižnika, rdeče paprike, jabolka, grozdja in podobno), sadja s pečkami (na primer kivi, maline ipd), izdelkov iz polnozrnate moke, semen in suhega sadja ter koruze. Priporočajo se bel kruh in izdelki iz bele moke, olupljen krompir, pustо meso in ribe, kuhana zelenjava ter kompoti. Pomembno je tudi, da na dan popijete zadostno količino tekočin (vsaj dva litra na dan), v kolikor to ni kontraindicirano (bolniki s srčnim popuščanjem). Tekočine naj bodo prosojne in brez rdečih barvil.

Dan pred preiskavo:

Zadnji obrok goste hrane lahko pojedete 24 ur pred kolonoskopijo. Jeste lahko bel kruh, kruhovo pecivo, testenine iz bele moke, marmelado brez koščkov sadja ali semen, med, pustо meso ali šunko, ribe, puding, palačinke, bistre juhe, bistre sadne sokove, koruzne in riževe kosmiče, biskvit, jogurt iz posnetega mleka,

čaj in kavo brez mleka. Prepovedana je hrana iz polnozrnate moke in otrobov, muslija, hrana z rdečimi barvili, sadje in zelenjava ter gosti sokovi. Zadnjih 24 ur pred kolonoskopijo lahko uživate samo bistre tekočine v neomejenih količinah (npr. bistre nebarvane sadne sokove, čisto juho, čaj in kavo brez mleka). Ne uživajte mleka, mlečnih izdelkov in gostih sokov.

Dan pred kolonoskopijo je potrebno spiti vsaj 2 litra Donata Mg. Zvečer ob 20.00 pričnite s pitjem MoviPrepa. MoviPrep je zdravilo za čiščenje črevesa v obliki praška, iz katerega po navodilih pripravite 2 litra odvajalnega napitka. Prvi liter raztopine pričnite piti dan pred preiskavo ob 20.00 zvečer. Vsakih 15 minut spijte 2,5 dl napitka. Po popitem prvem litru popijte še pol litra bistre tekočine. Kmalu se bo pojavila driska, ki bo trajala približno dve uri. Med samim čiščenjem boste lahko občutili napenjanje, slabost, bruhanje. V tem primeru lahko pijete tekočino počasneje od predpisanega. V kolikor vam okus tekočine ne bo ustrezal, si lahko pomagate tako, da jo pred zaužitjem ohladite v hladilniku, pred vsakim popitjem kozarcem pa lahko žvečite žvečilni gumi ali pijete tekočino preko slamice.

Na dan preiskave:

Drugi liter raztopine začnite piti 5 ur pred predvideno preiskavo, zatem pa popijte še pol litra bistre tekočine. Ponovno se bo pojavila driska, ki bo trajala približno 2 uri. Črevo je uspešno očiščeno takrat, ko je tekočina, ki jo izločite, bistra.

3 ure pred preiskavo ne smete zaužiti ničesar več, dokler preiskava ne bo končana.

Zjutraj lahko vzamete vsa običajna zdravila, razen tistih, ki ste jih morali zaradi preiskave opustiti (zdravila za redčenje krvi, antidiabetična terapija), vendar z najmanjšo količino vode.

Če ste sladkorni bolnik in se zdravite z insulinom ali drugimi zdravili za sladkorno bolezen, ob prihodu v Endoskopski center o tem obvestite medicinsko sestro in zdravnika, prav tako morate obvestiti zdravnika v kolikor jemljete sredstva proti strjevanju krvi oziroma ste alergični na katera izmed izbranih zdravil.

KAKO POTEKA PREISKAVA?

Predlagamo, da na preiskavo pridete s spremstvom.

Pred kolonoskopijo se o samem poteku preiskave pogovorite z osebjem, ki bo prisostvovalo pregledu. Preoblečete se v posebne hlačke, zgornji del obleke pa lahko imate na sebi. Na začetku preiskave ležite na levem boku. Zadnjično odprtino namažemo z gelom, ki lokalno omrtviči zadnjik. Ob uvajanju kolonoskopa se lahko v začetku pojavi pekoča bolečina, ki je posledica občutljivosti zaradi čiščenja. Občutek ponavadi mine v nekaj minutah, ko začne gel delovati. Zdravnik z instrumentom počasi prodira v globlje dele črevesa, sestra pa po potrebi pomaga z zunanji prijemi trebuha usmerjati napredovanje instrumenta.

Med samo preiskavo zdravnik v črevo vpahuje zrak oz. CO₂, kar povzroči napihnjenost, čez čas pa tudi bolečine in krče. Zaželeno je, da zrak sproti spuščate, saj s tem preprečite morebitne bolečine ali krče, ki so posledica napihnjenosti. Pomembno je tudi, da ste med preiskavo čim bolj sproščeni, normalno dihate in ne napenjate trebušnih mišic, saj bo le tako preiskava potekala hitro in z minimalnimi bolečinami. V primeru hujših bolečin lahko prejmete protibolečinsko terapijo.

Ko pride zdravnik z instrumentom do konca debelega črevesa oz. začetka tankega črevesa, začne z izvlačenjem. Pri tem natančno pregleda črevesne vijuge in išče morebitne bolezenske spremembe na

sluznici. Lahko se odloči za odvzem koščka sluznice (biopsija), pri polipih pa za odstranitev le-teh. Polipi so nenevarni izrastki, ki pa se sčasoma lahko razvijejo v rakasto obolenje, zato jih med preiskavo odstranimo ter pošljemo na histološko preiskavo. V nekaterih primerih zaradi zavitosti črevesa, zabrazgotinjenosti (kot posledica ponavljajočih se okužb v trebuhu, operacij v področju trebuha) ali akutnega vnetnega dogajanja preiskave ni mogoče izvesti v celoti.

Po opravljeni preiskavi boste že takoj prejeli izvid, v kolikor pa je bila opravljena biopsija ali odstranitev polipov, prejmete dokončni izvid naknadno.

MOŽNI ZAPLETI

Kolonoskopija in odstranitev polipov sta načeloma varni preiskavi, ki pa ju lahko, kot ostale preiskave, spremljajo zapleti. Sama odstranitev polipov ali biopsija sluznice lahko sprožita manjšo krvavitev, ki običajno izzveni sama. V primeru večje krvavitve pa je, sicer redko, potrebno tudi nadomeščati kri s transfuzijo. Skrajno redek zaplet je predrtnje črevesa ali poškodbe drugih organov. V tem primeru je potrebna operacija.

Krvavitev ali bolečina se lahko pojavita šele nekaj dni po opravljenem posegu. V primeru odstranitve večjih polipov z nevarnostjo krvavitve se lahko zdravnik odloči, da boste ostali v bolnišnici na opazovanju.

NAVODILA PO PREISKAVI

Ob večjih posegih, na primer odstranitvi večjih polipov ali ob iztirjenih testih koagulacije, kjer se lahko pričakuje pojav zapletov, pa je potrebna varnostna hospitalizacija. Tisti dan je dovoljeno uživanje le tekoče hrane oziroma upoštevanje diete po navodilih endoskopista.

V kolikor je preiskava potekala brez zapletov, ste odpuščeni v domačo oskrbo in lahko že isti dan pričnete z uživanjem lažjih obrokov hrane in lažjo telesno aktivnostjo (kratki sprehodi).

Naslednjih 7 dni lahko doma uživate le lahko in prekuhano hrano (krompir, testenine, pustо meso, jogurt, puding, sir, skuta) in neomejene količine tekočine, z izjemo gaziranih in alkoholnih pijač. Odsvetuje se uživanje svežega sadja in zelenjave, stročnic, začinjene hrane ter tistih živil, ki vam že ponavadi povzročajo občutek še večje napihnjenosti. Priporočen je počitek, izogibanje večjim športnim aktivnostim ter dvigovanju bremen, težjih od 3 kilogramov. Pomembna je tudi skrb za redno odvajanje mehkega blata. V kolikor pa to ni mogoče, si lahko pomagate z naravnimi laksativi, svečkami ali napitki za izboljšanje prebave.

Krvodajalci po preiskavi ne smete darovati krvi vsaj 6 mesecev.

V kolikor se doma pojavijo bolečina v trebuhu, trd in povečan trebuh, vročina ali mrzlica, bolečine v prsnem košu in občutek težjega dihanja, ki se slabša glede na položaj ali če opazite večjo količino krvi v blatu (0,5 dl), se zglasite pri svojem oziroma dežurnem zdravniku.

V kolikor boste med preiskavo prejeli zdravila, se boste počutili zaspano še nekaj časa po preiskavi. Pri nas ostanete še 1 uro po preiskavi, za odhod domov pa morate imeti zagotovljen prevoz. Še 24 ur po preiskavi je prepovedana vožnja motornih vozil ali upravljanje strojev, zato predlagamo, da vas nekdo spremlja na preiskavo.

Za preiskavo potrebujete:

- veljavno napotnico in potrjeno kartico zdravstvenega zavarovanja;
- izvide specialista in/ali izvide predhodno opravljenih preiskav (gastroskopija, ultrazvok trebuha ...);
- izvid INR in hemograma;
- seznam zdravil, ki jih prejimate.

Na dan preiskave se najprej prijavite na sprejemnem pultu v pritličju bolnišnice, od tam pa vas napotijo v Endoskopski center (9. nadstropje bolnišnice). Na preiskavo pridite ob naročeni uri, vendar pa se lahko v primeru urgentnih ali nenačrtovanih dlje časa trajajočih preiskav ura vašega pregleda zamakne.

Pred preiskavo je potrebno podpisati še obrazec za privolitev ali zavrnitev v medicinski poseg. Če pacient ni opravilno sposoben, je za podpis privolitve oziroma odstopa od preiskave potrebna prisotnost zakonitega zastopnika.

V primeru, da česarkoli niste razumeli, vprašajte za dodatna pojasnila medicinsko sestro ali zdravnika v

Endoskopskem centru.

V primeru, da na preiskavo ne boste prišli, to sporočite na telefonsko številko **05/3301692** (pisarna za naročanje na gastroenterološke storitve) vsak delovnik v dopoldanskem času med **8.00 in 10.00** uro ali osebno v pisarni za naročanje na gastroenterološke storitve (pri sprejemnem pultu v pritličju) vsak delovnik v dopoldanskem času med **10.00 in 12.00**.