



## **S.C. GASTROENTEROLOGIA**

### **ISTRUZIONI PER LA TUA COLOSCOPIA**

“Colonscopia...facciamola una volta, facciamola bene”

## **GUIDA INFORMATIVA**

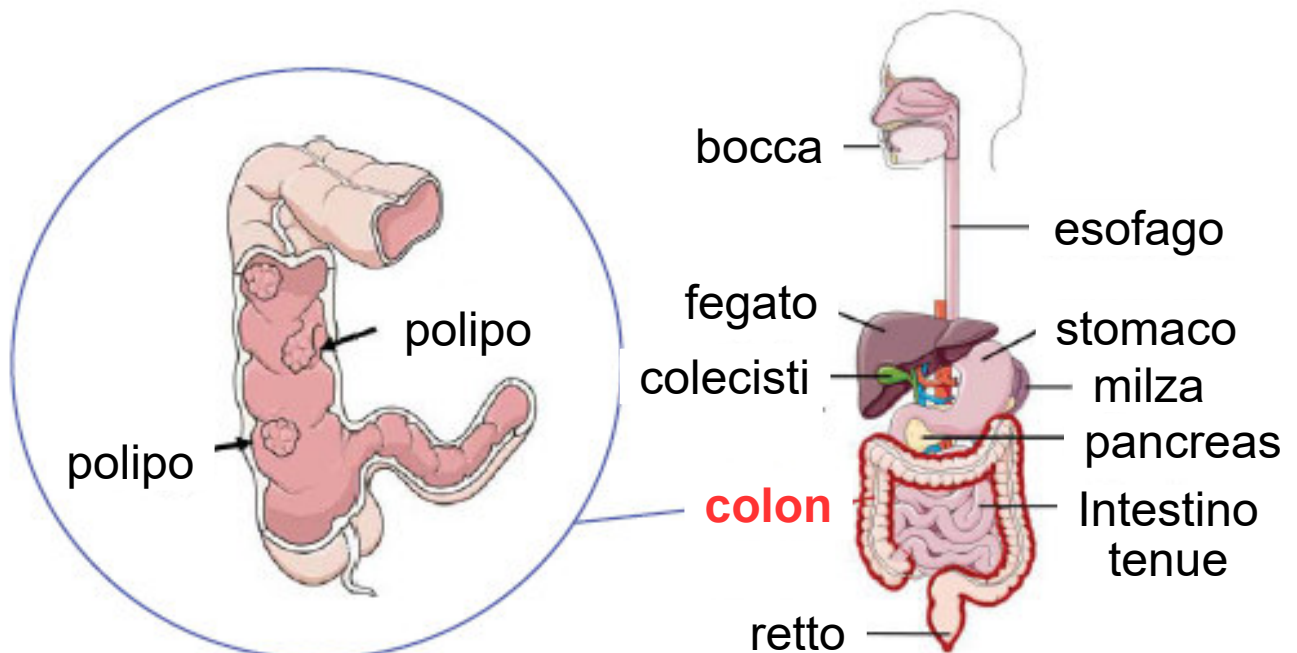
## Contenuto di questo opuscolo

Sei prenotato per una colonscopia, un esame importante per la diagnosi del tumore e delle patologie del colon. Per una colonscopia di qualità è indispensabile una preparazione intestinale di qualità. Questo opuscolo ti aiuterà a capire meglio cosa fare per eseguire correttamente la colonscopia.

### Il tuo intestino

Il tuo apparato digerente – composto da bocca, esofago, stomaco, intestino e altri organi – ti aiuta a digerire e assorbire il cibo. L'ultima parte del tuo intestino, l'intestino crasso (o colon), è un tubo cavo che consente l'assorbimento dell'acqua e il passaggio di feci e altri residui.

Il polipo è una piccola crescita di tessuto sulla superficie del colon. Il tumore del colon spesso ha origine da polipi benigni: si può evitare il tumore rimuovendoli per via endoscopica precocemente aumentando le possibilità di sopravvivenza o addirittura di essere curato diagnosticando il tumore in fase precoce.



## Cos'è una colonscopia

Lo scopo di una colonscopia è quello di guardare dentro il tuo colon per vedere se sono presenti polipi, tumori, ulcere o altre lesioni.

Prima della procedura ti verrà somministrato un sedativo che ti aiuterà a superare il disagio dell'esame.

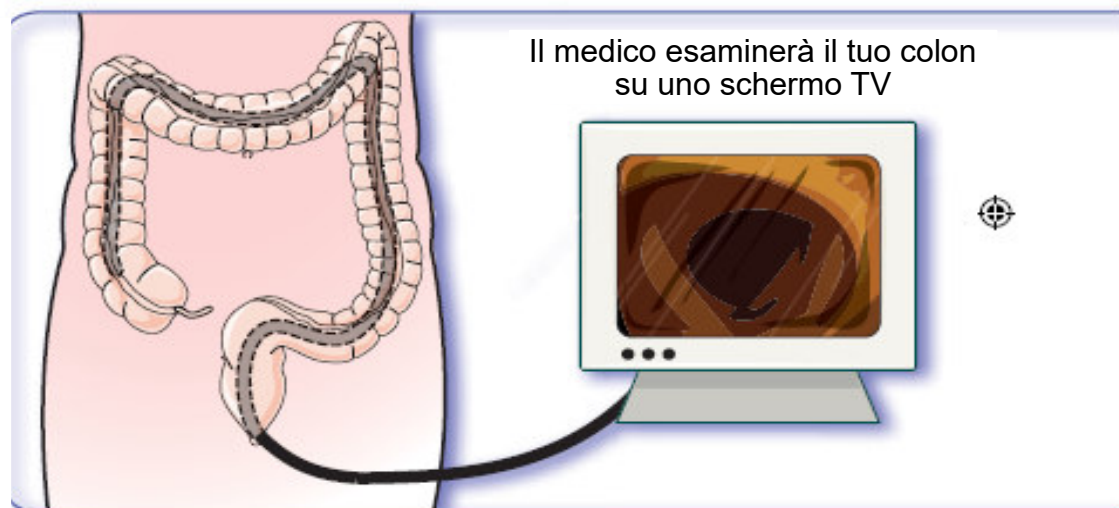
Il medico esaminerà il tuo intestino e per ottenere una miglior visione insufflerà aria.

L'endoscopio è un tubo sottile e flessibile con una luce ed una telecamera in punta. Le immagini si vedranno sul monitor presente in sala endoscopica.

L'esecuzione di una colonscopia prevede una durata di 30-40 minuti.

Si potranno anche rimuovere eventuali polipi o eseguire biopsie.

Ecco un'immagine di come funziona. Lo strumento si piega passando attraverso il colon e la luce frontale illumina il percorso in modo che il medico possa vedere

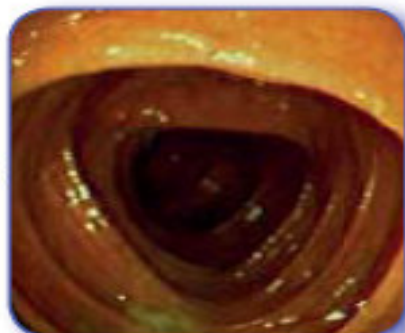


Dopo la procedura avrai bisogno di 30-60 minuti per smaltire la sedazione. Si può percepire un leggero fastidio dopo l'esame causato dall'aria insufflata nel colon. E' necessario essere accompagnati per poterti aiutare a ritornare a casa dopo la procedura.

## Perché è importante la pulizia del colon

Il medico deve essere in grado di vedere bene per poter eseguire bene l'esame. Se l'intestino è sporco, il medico non sarà in grado di vedere patologie importanti, come polipi o cancro e sarà quindi necessario ripetere l'esame.

Fare la colonscopia quando il tuo colon è pulito è come guidare su una strada asfaltata in una giornata di sole. E' facile vedere e guidare.



Fare la colonscopia quando il tuo colon è sporco è come guidare su una strada impervia durante una tempesta di neve. E' difficile vedere e guidare.



### **Cosa fare se assumi medicinali?**

E' possibile che venga chiesto di sospendere alcuni farmaci prima della colonscopia.

Se stai assumendo uno dei farmaci sotto elencati, chiedi al tuo medico come e cosa sospendere

#### **-Antiaggreganti/anticoagulanti**

Alcune persone non possono sospendere questi farmaci anche se devono fare una colonscopia, altre possono interromperli prima di fare l'esame.

Chiedi al tuo medico (cardiologo/neurologo) se devi o non devi continuare il farmaco. Se puoi sospenderlo, allora pianifica la sospensione una settimana prima. Potrai riprenderlo dopo l'esame se non diversamente indicato dal medico che esegue la colonscopia.

### **-Farmaci per il diabete**

Se soffri di diabete, prendi metà dose durante la dieta liquida. Non assumere il farmaco la mattina dell'esame. Si potrà riprendere dopo la colonscopia.

### **-Antipertensivi**

Se stai prendendo antipertensivi continua a prenderli. Il giorno dell'esame puoi assumerli sino a 2 ore prima dell'esame.

## **Preparazione: come eseguirla**

**Tre giorni prima dell'esame** assumere dieta priva di scorie (no frutta e no verdura).

**La sera prima della colonscopia non devi mangiare alimenti solidi.** Si possono assumere solo liquidi chiari o alimenti permessi (pag. 9-10).

Il giorno prima dell'esame bisogna pulire il tuo intestino.

Le istruzioni per la preparazione ti verranno consegnate al momento della prenotazione.

Se l'esame è previsto **al mattino presto (prima delle 10)**, la preparazione sarà fatta interamente il giorno precedente (**secondo lo schema A**). Per gli esami previsti **dopo le 10**, la preparazione sarà frazionata (split), la soluzione verrà presa metà la sera prima della colonscopia, l'altra metà la mattina dell'esame (**secondo lo schema B**).

Ciò comporta l'assunzione della preparazione almeno 5 ore prima, anche se questo significa doverti alzare molto presto.

Per esempio se l'esame è previsto alle 10 devi prendere la seconda parte della preparazione alle 5 del mattino.





Questo vuol dire che potrebbe essere necessario alzarti molto presto per assumere la seconda parte della tua preparazione.

Sappiamo che è difficile alzarsi presto, ma è indispensabile assumere la seconda parte della soluzione 5 ore prima della colonscopia perché l'intestino sia ben pulito.

## Schema A: preparazione da eseguire tutta il giorno prima della colonscopia

Orario	Cosa mangiare	Preparazione
Colazione 	Dieta a basso contenuto di scorie	
Pranzo 	Dieta a basso contenuto di scorie	
Cena 	Liquidi chiari e alimenti permessi No cibo solido.	Prendere <b>tutta</b> la preparazione

**Schema B: preparazione da eseguire frazionata (metà il giorno prima e metà il giorno stesso della colonscopia)**

Orario	Cosa mangiare	Preparazione
Colazione 	Dieta a basso contenuto di scorie	
Pranzo 	Dieta a basso contenuto di scorie	
Cena 	Liquidi chiari e alimenti permessi No cibo solido.	Prendere la <b><u>prima parte</u></b> di preparazione
Mattina esame 		Prendere la <b><u>seconda parte</u></b> di preparazione

**N.B. Troverai nella segreteria di reparto al momento della prenotazione le indicazioni per le preparazioni consigliate**

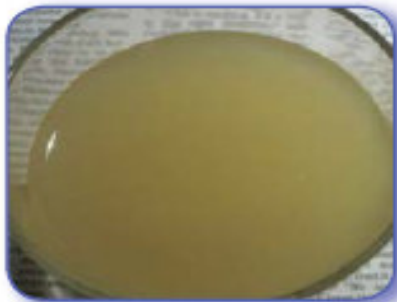
## Cos'è un liquido chiaro?

Per essere pronti per la tua colonscopia, puoi bere solo liquido chiaro. Un liquido è considerato chiaro se ci si può leggere attraverso.

Utilizzate questo semplice test per capire cosa si può bere e cosa non si può bere.



Questo è succo d'arancia. Il succo d'arancia non è trasparente perché non si può leggere il giornale attraverso di esso. Non lo puoi bere.



Questo è succo d'ananas. Anche questo non è trasparente. Non lo puoi bere.



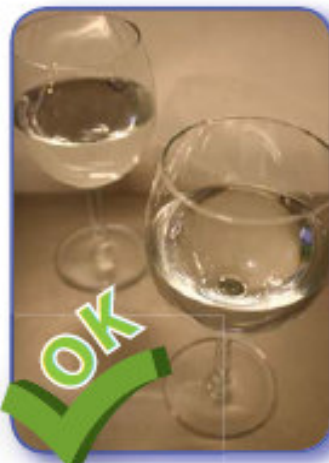
Questo è succo di mela. Il succo di mela è trasparente perché si può leggere il giornale attraverso di esso. Lo puoi bere.



## Quali liquidi sono permessi?



Bevande gassate



Acqua naturale e  
acqua minerale



Caffé nero  
senza panna o latte



Bevande energetiche  
con elettroliti  
(tipo gatorade)



Succo di mela



Tè o camomilla

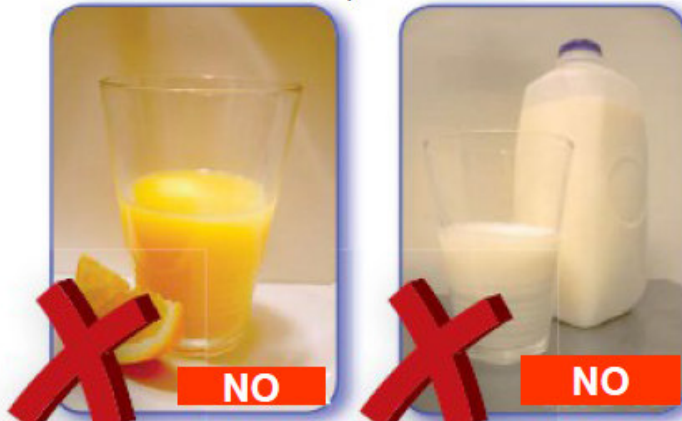
## Quali liquidi non sono permessi?



No frullati

No caffè  
con panna

No succo  
d'ananas



No succo  
d'arancia

No latte o  
derivati

## Alcolici?

Anche se gli alcolici sono liquidi chiari, possono causarti disidratazione. Non si devono bere

## Quali alimenti sono permessi?



Miele



Gelatina



Brodo chiaro

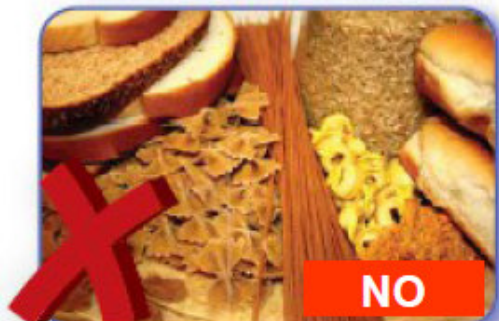


Ghiaccioli



Caramelle

## Quale alimenti non sono permessi?



**NO**

No pane, riso e cereali



**NO**

No minestra con pezzi



**NO**

No carne



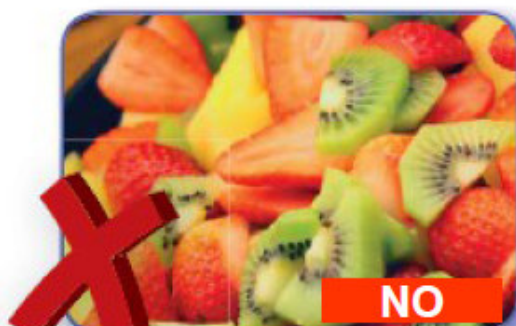
**NO**

No latte e latticini



**NO**

No verdura



**NO**

No frutta

## La mia preparazione

### Come faccio a sapere quando il mio intestino è pulito?

Le feci devono apparire come quello che stai bevendo – chiare, trasparenti, senza particelle formate.

Devono essere di colore giallo, trasparente, liquide – come urina

Segui la guida sotto per aiutarti.



Scuro e  
torbido  
NON VA  
BENE

Marrone  
e torbido  
NON VA  
BENE

Arancione  
scuro e  
semi  
trasparente  
NON VA  
BENE

Arancione  
chiaro e  
quasi  
trasparente  
CI SEI  
QUASI

Giallo e  
trasparente  
come urina  
SEI PRONTO

## **Altre domande frequenti**

### **Posso guidare dopo la colonscopia?**

NO!!! Ti verrà somministrato un sedativo. Questo significa che non si può guidare per tornare a casa.

Quindi devi venire accompagnato da qualcuno che guida.

### **Quanto tempo dura l'esame?**

La procedura dura circa 30-40 minuti. Bisogna però aspettare più tempo per

riprendersi dalla sedazione. Sarà il medico a decidere quanto tempo ti occorre per riprenderti.

Preparati a rimanere nella struttura fino a 2-3 ore

### **Quali sono gli effetti collaterali della preparazione?**

Ovviamente avrai diarrea durante la preparazione intestinale. Questo inizierà da pochi minuti a 3 ore dall'assunzione del lassativo. Programma di rimanere a casa durante questo periodo.

Alcune persone hanno gonfiore e dolori addominali. E' normale. Non preoccuparti se hai questi sintomi. Alcuni hanno nausea. Anche questo è normale. Alcuni non gradiscono l'odore o il sapore della medicina.

Non farti influenzare da questo nel prendere la preparazione. Raramente, alcuni vomitano durante l'assunzione del preparato, se questo accade, sospendere la preparazione e chiedere al medico.

### **La mia preparazione non ha ancora cominciato a funzionare. E' normale?**

Alcune persone rispondono in modo diverso alla preparazione intestinale. Alcune persone cominciano ad avere diarrea pochi minuti dopo l'assunzione, mentre altri non hanno risposta se non dopo 1 ora o più.

Se dopo 3 ore non c'è risposta, allora la preparazione non funziona bene. Devi essere sicuro di bere abbastanza liquidi. Se questo non accade, prendi la seconda parte della preparazione e continua a bere liquidi. Alla fine dovrebbe funzionare. Chiama il medico se il farmaco non funziona ancora, nonostante aver bevuto liquidi e seguito bene le istruzioni.

## Riassunto

Ecco la lista delle cose da fare durante la preparazione alla tua colonscopia.

### Prima di iniziare la colonscopia

- Leggi accuratamente questo libretto
- Assicurati di avere il kit di preparazione intestinale e le istruzioni
- Se necessario parla con il tuo medico dei tuoi farmaci

### Un giorno prima della tua colonscopia

- Colazione – dieta a basso contenuto di scorie
- Pranzo – dieta a basso contenuto di scorie
- Cena – solo liquidi chiari e alimenti permessi, no cibo solido
- Assumi la tua preparazione intestinale alla sera come da istruzioni

### Il giorno della tua colonscopia

- Se il medico ti ha prescritto una preparazione frazionata (split) prendi la seconda parte di preparazione intestinale secondo le istruzioni a cominciare da 5 ore prima della colonscopia
- Non ingerire nulla (liquidi o solidi) da 2 ore prima della colonscopia
- Recati ad eseguire la colonscopia accompagnato