

COLONOSCOPIA - TARDE

Você está recebendo as orientações gerais e de preparo para a realização do exame de Colonoscopia na Endostar. É muito importante que você leia todos os itens deste documento, para que tenhamos sucesso no preparo e na realização do exame.

Aqui você vai encontrar os seguintes itens:

Parte 1: Informações e orientações gerais sobre o exame

Parte 2: Como fazer com as suas medicações do dia a dia

Parte 3: O preparo intestinal em casa

item 1: a alimentação nos dias antes do exame

item 2: as medicações da véspera do exame

item 3: o dia do exame! Alimentação e medicações a serem tomadas

Parte 4: Cuidados pós exame

Parte 5: Sugestão de Cardápio

Parte 6: Perguntas frequentes

Após a leitura, caso tenha alguma dúvida, você poderá acessar o nosso site e ver o vídeo detalhado do preparo ou entrar em contato conosco para esclarecimentos!

Bom Preparo!



INFORMAÇÕES GERAIS

Se for realizar a Colonoscopia junto com a Endoscopia, siga as instruções da Colonoscopia. A colonoscopia consiste em um exame endoscópico que tem o objetivo de avaliar o intestino grosso e o fim do intestino delgado, permitindo a realização, se necessário, de procedimentos invasivos, tais como biópsias e remoção de pólipos e lesões.

- O exame é feito, na nossa clínica, em pacientes com idade a partir de 12 anos, sempre com agendamento prévio e mediante a apresentação do pedido médico.
- O procedimento é realizado sob sedação.
- O Paciente deve vir acompanhado por alguém que possa ajudá-lo a voltar para casa. Não recomendamos que venha ou volte de moto ou dirigindo qualquer tipo de veículo, até o dia seguinte ao exame.
- Para que o procedimento seja realizado, é indispensável que o paciente permaneça acompanhado por um adulto capaz e maior de 18 anos, desde o momento de sua chegada à unidade até o término do exame. Para menores de 18 anos, o acompanhante, obrigatoriamente, deve ser um responsável legal (pai, mãe ou tutor).

Para a segurança do procedimento, alguns pacientes, como aqueles com idade superior a 70 anos e aqueles com índice de massa corporal (IMC) acima de 40 podem precisar realizar o exame com auxílio de anestesiológico. Nestes casos, siga as orientações que lhe foram dadas pelo nosso time de agendamento. Para obter o valor do IMC, basta dividir o peso (kg) pelo quadrado da altura (m). Em caso de dúvida, vale a pena usar a calculadora de IMC disponível no nosso site (www.endostar.com.br).

INFORMAÇÕES GERAIS

- O paciente deve trazer no dia do exame os resultados de colonoscopias anteriores ou de exames relacionados com a investigação, a exemplo do enema opaco, se houver.
- O exame não é feito em gestantes, mas pode ser realizado em mulheres que estejam amamentando. Porém, deverão ficar 6 horas sem amamentar após a realização do exame.
- O paciente que fizer o uso de óculos ou qualquer tipo de acessórios, precisará removê-los antes de entrar na sala de exame.
- No caso de mulheres, evitar salto alto, esmalte de cor escura e unhas postizas longas.
- É necessário que haja um intervalo mínimo de cinco dias entre a colonoscopia e métodos diagnósticos que utilizem contraste por via oral.
- Pacientes com problemas cardíacos (insuficiência cardíaca, infarto prévio, arritmia, etc) devem trazer carta de liberação do seu médico para o exame.
- Pacientes com doenças graves ou debilitantes devem informar à equipe no momento do agendamento.
- Usuários de marca-passo devem reprogramar o dispositivo com seu cardiologista antes do exame.
- **Caso o paciente tenha alergia a Látex, o exame não poderá ser realizado na clínica.**

COMO FAZER COM SUAS MEDICAÇÕES DO DIA A DIA

SETE DIAS ANTES DO EXAME

O paciente precisa suspender por 7 dias, com o consentimento de seu médico, o uso de medicações anticoagulantes, a exemplo de varfarina (Marevan® e Coumadin®), clopidogrel

(Plavix®, Plagrel® e Iscover®), Prasugrel (Effient®) e ticlopidina (Ticlid®), assim como de sulfato ferroso e Xenical®.

DOIS DIAS ANTES DO EXAME

Deve ser suspenso o exilato de dabigatrana (Pradaxa®) e a rivaroxabana (Xarelto®) devem ser suspensos 2 dias antes do exame.

NO DIA DO EXAME

Clexane® e medicações para diabetes (insulina e metformina, por exemplo) não devem ser ingeridas no dia. O ácido acetilsalicílico (AAS® e Aspirina®), medicações para pressão ou para o coração e hormônios não precisam ser suspensos; podem ser tomados com pouca água ao acordar.

Ozempic e Rybelsus
Princípio ativo Semaglutida

Pausa de 21 dias.

Victoza e Saxenda
Princípio ativo Liraglutida

Pausa 2 dias.

O PREPARO INTESTINAL EM CASA

A alimentação nos dias antes do exame

CINCO DIAS ANTES DO EXAME

O paciente tem de interromper o consumo de sementes e cereais integrais, tais como linhaça, trigo, aveia, centeio, cevadas e cereais matinais até a realização do exame. A ingestão desses alimentos prejudica o preparo de cólon.

ALIMENTAÇÃO NA VÉSPERA DO EXAME

- NÃO ingerir LÉITE e DERIVADOS
- NÃO ingerir REFRIGERANTES ou bebidas GASEIFICADAS
- EVITAR durante todo o dia alimentos com resíduos (casca, folhas, bagaço e sementes).
- Ingerir líquidos à vontade (sucos de frutas claras coados, Gatorade, água, água de coco).
- Café da manhã: chá, torrada ou bolacha de água e sal.
- Almoço (alimentos sugerido): arroz, frango grelhado, purê de batata ou batata cozida, macarrão sem molho.
- Sobremesa: gelatina de cores claras.
- Lanche à tarde: chá, torrada ou bolacha de água e sal.
- Jantar: Sopa batida no liquidificador e coada (batata/mandioquinha e carne branca).

SUGESTÃO DE CARDÁPIO PARA VÉSPERA DE PREPARO DE COLONOSCOPIA

CAFÉ DA MANHÃ

Refeição sugerida	Substitutos
Suco de laranja coado e sem semente	Água de coco, suco de maçã sem casca coado, limonada, chá, suco à base de soja, bebida isotônica*
Pão francês	Pão de forma, torrada, bolacha água e sal, pão sírio, biscoito de polvilho
Azeite	Mel, tofu (queijo de soja)
Purê de pera sem casca	Purê de banana, gelatina

LANCHE

Refeição sugerida	Substitutos
Suco de maçã sem casca coado	Suco de laranja coado e sem semente, limonada, água de coco, suco à base de soja, chá, bebida isotônica*

ALMOÇO

Refeição sugerida	Substitutos
Arroz branco	Batata, macarrão, mandioca, mandioquinha, pão, torrada
Caldo de feijão coado	Caldo de lentilha coado
Frango grelhado	Peito de frango assado ou cozido, peixe assado, grelhado ou cozido, ovo cozido, omelete simples**, ovo mexido**, tofu (queijo de soja)
Cenoura cozida	Abóbora cozida sem casca e sem semente, chuchu cozido sem casca
Purê de banana	Picolé de frutas (sem leite), gelatina, purê de pera sem casca
Água de coco	Chá, suco de maçã sem casca coado, suco de laranja coado e sem semente, limonada, suco à base de soja, bebida isotônica*

LANCHE

Refeição sugerida	Substitutos
Torrada	Pão francês, pão de forma, bolacha água e sal, pão sírio, biscoito de polvilho

SUGESTÃO DE CARDÁPIO PARA VÉSPERA DE PREPARO DE COLONOSCOPIA

JANTAR

Refeição sugerida	Substitutos
Batata cozida	Arroz branco, macarrão, mandioca, mandioquinha, pão, torrada
Peixe grelhado	Peixe assado ou cozido, peito de frango assado ou cozido, ovo cozido, omelete simples**, ovo mexido**, tofu (queijo de soja)
Abóbora cozida sem casca e sem semente	Cenoura cozida e chuchu cozido sem casca
Gelatina	Picolé de frutas (sem leite), purê de maçã sem casca, purê de pêra sem casca

CEIA

Refeição sugerida	Substitutos
Suco de maçã sem casca coado	Suco de laranja coado e sem semente, água de coco, limonada, chá, suco à base de soja, bebida isotônica*

*Bebidas isotônicas: Gatorade®, Marathon® e Taaq®, entre outras, sempre de cor clara.

**Omelete simples e ovo mexido preparados apenas com ovos e sal.

- **NÃO ingerir LEITE e DERIVADOS**
- **NÃO ingerir REFRIGERANTES ou bebidas GASEIFICADAS**
- **EVITAR durante todo o dia alimentos com resíduos (casca, folhas, bagaço e sementes).**

Caso prefira consumir sopa no almoço e/ou no jantar, o cliente pode escolher entre:

- Sopa de legumes com um tipo de carboidrato (batata, macarrão ou arroz), um legume (cenoura, abóbora ou chuchu) e uma proteína (peito de frango ou peixe ou ovo);
- Sopa creme de abóbora;
- Sopa creme de cenoura;
- Sopa creme de batata.

Vale ressaltar que não deve haver adição de leite a nenhuma das sopas ou preparações.

Para diabéticos, os alimentos podem ser substituídos por similares com adoçante ou diet, com exceção do mel, cujo consumo requer a recomendação do médico ou nutricionista.

Durante todo o dia da véspera do exame, o cliente deve ingerir pelo menos dois litros de líquidos claros, tais como água, chá, sucos de frutas coados e sem sementes, água de coco e bebida isotônica nos sabores limão, laranja ou maracujá.

MEDICAÇÃO DA VÉSPERA

Tomar:

- Dulcolax (laxante) – 2 comprimidos às 15:00 h e 2 comprimidos às 18:00 h

OU

- Muvinalax (laxante) – 10 sachês diluídos em 1000 ml de água – iniciar às 16 :00h – 1 copo a cada 10 minutos. Após a ingestão, tomar ao longo da tarde, mais 1 a 2 litros de água. Pessoas com diagnóstico de doença inflamatória intestinal, como retocolite ulcerativa ou doença de Crohn, devem evitar Muvinalax®.

Vale lembrar que essas medicações causam diarreia, com o objetivo de limpar o intestino, e podem causar cólicas abdominais. Sendo assim, é aconselhável que o paciente permaneça em casa.

Atenção: Pacientes obstipados (com intestino preso) precisam começar a dieta e o preparo com laxante na antevéspera do exame. Portanto, devem tomar o Dulcolax® ou Muvinalax® da mesma forma que na véspera.

NO DIA DO EXAME

ALIMENTAÇÃO

Neste dia, não ingerir nenhum alimento ou líquidos que não estejam descritos neste documento.

A MEDICAÇÃO DO DIA DO EXAME (OBRIGATÓRIO PARA O SUCESSO DO PREPARO)

Exame agendado no período da tarde (a partir das 13h), iniciar o preparo às 8h da manhã.

Nestes casos, você pode tomar um chá claro ou suco de fruta claro e coado, com 2 bolachas de água e sal, até as 6h da manhã.

PREPARO

1º Passo: Tomar 1 comprimido de Ondasedrona 4mg às 7h30 e esperar 30 minutos para começar o 2º passo.

2º Passo: Preparar em uma jarra:

- 2 frascos de Manitol 20% (250 ml) cada;

- 1 frasco de Simeticona (15 ml)

- E completar com 500 ml de suco de limão coado (com água e sem açúcar), Gatorade de limão ou Água fresca, se preferir;

- Misturar tudo, totalizando 1 litro e tomar 1 copo a cada 10 minutos até término do conteúdo. Terminar de tomar até às 9h00.

Recomendamos caminhar após a ingestão do preparo para melhor efeito.

É OBRIGATÓRIO fazer JEJUM ABSOLUTO, inclusive de ÁGUA, APÓS TERMINAR DE TOMAR O MANITOL.

ATENÇÃO: o MANITOL 20% é uma medicação vendida apenas em farmácias de manipulação e deve ser adquirida pelo menos 72hs antes da data do exame. Se for do interesse do paciente, de forma a facilitar o acesso às medicações, temos kits prontos com as medicações que serão usadas no preparo. Para esclarecimentos, entre em contato conosco (11 3184-1080).

Não guardar os frascos de Manitol na geladeira, porque pode cristalizar. Manter em temperatura ambiente.

CUIDADOS APÓS O EXAME

O paciente precisa deixar a clínica acompanhado e fazer repouso no restante do dia. Após a colonoscopia, o mesmo não deve dirigir nem realizar tarefas que ofereçam riscos à sua integridade, porque a medicação usada poderá causar amnésia.

Ao longo do dia, a alimentação tem de ser leve, com ingestão de bastante líquido.

A diarreia pode persistir ainda por cerca de 12 horas depois do procedimento.

Em caso da realização de biópsias, podem aparecer estrias sanguinolentas nas fezes.

Se houver qualquer outro sintoma, o paciente deve entrar em contato com a clínica ou procurar um hospital, informando que realizou o exame de colonoscopia.

PERGUNTAS FREQUENTES

1) Na véspera do preparo de cólon, preciso tomar o Dulcolax e o Muvinalax?

Não! Você deve tomar apenas 1 desses dois laxantes, à sua escolha.

2) Quanto eu coloco de Simeicona junto ao preparado de Manitol e água?

Você deverá colocar todo o conteúdo do frasco de Simeicona de 15ml.

3) Se eu tiver IMC maior que 30 ou mais de 70 anos ou se, durante o agendamento, me informarem que tenho que fazer exame com anestesiologista, como devo proceder?

Nestes casos, siga as orientações dadas no agendamento. Se for solicitado algum exame, como ecocardiograma, ou avaliação médica, por exemplo, de cardiologista, realize os exames e avaliações e nos mande. Um anestesiologista verá seus exames e, caso haja necessidade, entrará em contato com você. Lembre-se, sempre, de trazer esses exames e avaliações no dia do exame.

4) Tomo remédios todos os dias. Devo parar de tomar ou continuar tomando no dia do preparo do exame?

A maior parte das medicações devem ser tomadas ao acordar, com pequena quantidade de água, mesmo no dia do exame. Existem algumas orientações especiais para alguns medicamentos, principalmente os anticoagulantes. Veja a orientação detalhada na página 3 deste informe, na sessão "Como fazer com seus medicamentos".

5) Se o jejum é absoluto, como posso tomar 1 litro de líquido no dia do exame?

O preparo de cólon é feito com a mistura do Manitol com outro líquido e deve ser ingerido, conforme orientação, no dia do exame. Este líquido deverá ser tomado no horário estipulado, pois é o tempo necessário para que o estômago se esvazie, para que o exame transcorra em segurança. Lembre-se de não ingerir líquidos ou alimentos após a ingestão do Manitol!

6) Em quanto tempo tenho que tomar o líquido do preparo?

Você deverá tomar 1 copo do líquido do preparo a cada 10 minutos. Em geral, em até 1 hora e 30 minutos todo o preparo deverá ser tomado, para que o efeito seja adequado.

7) Eu tenho colostomia ou ileostomia. Como devo fazer o preparo?

Nestes casos, precisamos de um relatório médico da cirurgia para orientar um preparo individualizado. O tipo de preparo varia de acordo com o tipo de cirurgia realizada. Durante o seu agendamento, nos informe desta condição e nos envie o relatório para que possamos avaliar e lhe informar o preparo correto para cada caso.

8) Vou sentir alguma coisa durante o exame?

O seu exame será realizado sob sedação, ou seja, você vai dormir durante o procedimento, não sentindo nada.

9) Depois do exame vou sentir alguma coisa?

Depois do exame, alguns pacientes sentem um desconforto devido à distensão do intestino pela insuflação de gás. Esse gás, ao passar das horas, vai sendo eliminado e absorvido, causando uma melhora deste desconforto.

10) Posso comer o que depois do exame?

Após o procedimento, a alimentação deverá ser mais leve, sem ingestão de alimentos gordurosos, para não causar mal estar e persistência da diarreia. Porém já podem ser reintroduzidos os alimentos com fibras e grãos, como saladas e frutas. No dia seguinte ao exame, a alimentação pode ser a sua habitual.



endostar.

CENTRO DE ENDOSCOPIA AVANÇADA



Unidade São Paulo

Av. das Nações Unidas, 11857 - 4º Andar
Brooklin - São Paulo - SP
Tel.: 11 3184-1080 | WhatsApp: 11 97072-4858



Unidade Praia Grande

Av. Brasil, 600 - sala 918 - Boqueirão
Praia Grande - SP
Tel.: 13 3500-7737 | WhatsApp: 11 97072-4858



Unidade Osasco

Rua Tomaz Spitaletti, 152 - Centro
Osasco - SP
Tel.: 11 3184-1080 | WhatsApp: 11 97072-4858