



Kolonoskopia kolona barrutik ikusteko teknika bat da. Kolona ongi ikusteko, garbi egon behar du nahitaez. Eta horretarako, jarraitu zehatz-mehatz jarraibide hauek:

La colonoskopia es una técnica para visualizar el interior del colon. Para tener una buena visión del colon es **imprescindible que esté limpio**, para ello siga **rigurosamente** las siguientes indicaciones:

- Proba aurreko 5 egunetan, ez duzu burdina daukan medikamenturik hartu behar.
- Proba aurreko 3 egunetan, behean ageri diren elikagaiak hartu behar dituzu. Idorra bazara, hasi dieta proba baino 5 egun lehenago.
- Egin DIETA LIKIDOA probare bezperan
- En los 5 días previos a la prueba no debe de tomar ningún medicamento que contenga Hierro.
- 3 días antes de la prueba tome los alimentos abajo indicados. Si usted es muy estreñido inicie la dieta 5 días antes de la prueba.
- DIETA LIQUIDA el día anterior a la prueba.

HAR DEZAKEZU

- Pasta eta arroza
- Arrautzak tortillan eta egosita
- Semola-zopa edo barazki iragaziak
- Haragia eta arraina, plantxan edo egosia
- York-eko urdaiazpikoa eta indioilarra
- Zuntzik gabeko gailetak eta ogi txigortua
- Zuntzik gabeko esnea eta esnekiak.
- Gazta gogorrek
- Gurina eta olio gutxi (2 koilarakada)
- Mamirik gabeko zukuak, salda iragaziak, infusioak (nahi beste).
- Gasik gabeko edariak (Aquarius, Isostar, Gatorade, etabar)

PUEDE TOMAR

- Pasta y arroz
- Huevo en tortilla y cocido
- Sopa de sémola o de verduras filtrada
- Carnes y pescados hervidos y a la plancha
- Jamón de York y pavo
- Galletas sin fibra y pan tostado
- Leche y productos lácteos sin fibra.
- Quesos duros
- Mantequilla y aceite en poca cantidad (2 cucharadas)
- 24
- Gatorade, etc.) a excepción de los diabéticos

EZIN DUZU HARTU

- Fruta (bate ere hazidunak Kiwi,marrubia), freskoak edo kontserban
- Barazkiak osorik
- Lekaleak
- Patatak, fekulak
- Haragiak, arrainak eta arrautzak ez frijituak ez saltsan
- Hestebete gant zadunak
- Intxaurrak, almendrak, bestelako fruitu lehorrak
- Gozokiak, opilak, pastelak, txokolatea
- Gasdun edariak

NO PUEDE TOMAR

- Frutas (especialmente con semillas: Kiwi, fresa) fresca o en conserva
- Verduras enteras
- Legumbres
- Patatas, féculas
- Carnes, pescados y huevos ni fritos ni en salsa
- Embutidos grasos
- Nueces, almendras, cualquier otro tipo frutos secos
- Dulces, bollería, pastelería, chocolate
- Bebidas con gas.



CITRAFLEET® hartzeko jarraibideak

- Proba baino 24 ordu lehenago, Bisacodiloko 2 pilula hartu.
- Proba baino 12 ordu lehenago, CITRAFLEET® zorrotxo bat disolbatu 250cc-ko baso bete uretan. Hurrengo 2 orduetan, edan astiro gutxienez baimendutako litro eta erdi likido.
- Proba baino 6 ordu lehenago, disolbatu beste CITRAFLEET® zorrotxoa 250cc-ko baso bete uretan. Gero, hartu astiro gutxienez baimendutako litro eta erdi likido.
- LIKIDO ARGI BAIMENDUAK: Mamirik gabeko zukuak, salda iragaziak, infusioak, gasik gabeko edariak, muztio zuria.
- Goian agindutakoa edan ostean (proba baino 4 ordu lehenago), EZINGO duzu elikagai solidorik ez likidorik hartu miaketa osteraino

OHAR GARRANTZITSUAK

- Goragalea baduzu, Primperan® horretako 2 koilarakada har ditzakezu prestaketari ekin aurretik.
- Hartzen hasi eta 30-60 minutura, gero eta gorozki likidoagoak egingo dituzu prestakin guztia hartu eta 1-2 ordu pasatu arte. Azken gorozkiak argiak izan behar dira "pixaren kolorekoak"
- Komeni da Ospitalera lagun batekin etortzea. Ez ahaztu zure medikuak emandako Baimen Informatua zuk sinatuta ekarri behar duzula.
- Ez pintatu azazkalak, zure konstanteak kolonoskopian zehar kontrolatzea eragozten baitu.
- Kolonoskopiak, gutxi gorabehera, 45 minutu irauten du. Gero, ordubetez behaketan geldituko zara
- Ahoko anticoagulatzaileak hartzen badituzu, esaiozu zure Osasun Zentroko medikuari edo erizainari.

OHARRAK/OBSERVACIONES:

Instrucciones de toma de CITRAFLEET®

- 24 horas antes de la prueba, tomar 2 comprimidos de Bisacodilo
- 12 horas antes de la prueba disuelva 1 sobre de CITRAFLEET® en un vaso de 250cc de agua. Las 2 horas siguientes tome lentamente al menos 1 litro y medio de los líquidos permitidos.
- 6 horas antes la prueba, disuelva el otro sobre de CITRAFLEET® en un vaso de 250 cc de agua. Seguidamente tome lentamente al menos 1 litro y medio de los líquidos permitidos.
- LIQUIDOS CLAROS PERMITIDOS son: Zumos sin pulpa, caldos filtrados, infusiones, bebidas sin gas, mosto blanco.
- A partir de que termine de beber lo arriba indicado (4 horas antes de la prueba), NO podrá ingerir ningún alimento sólido ni líquido (ni siquiera agua) hasta después de la exploración.

OBSERVACIONES IMPORTANTES

- Si usted tiene náuseas puede tomar, antes de comenzar la preparación, 2 cucharadas de Primperan®
- A los 30-60 minutos del inicio de la toma tendrá deposiciones cada vez más líquidas, durante 1-2 horas hasta después de tomar todo el preparado. Las últimas deposiciones deben ser color claro "como orina".
- Es conveniente que venga al Hospital con un acompañante. Es muy importante que no olvide traer firmado el Consentimiento Informado que le entregó su médico.
- No traiga las uñas pintadas, dado que interfiere con el control de sus constantes durante la colonoscopia.
- La colonoscopia durará aproximadamente 45 minutos. Después permanecerá 1 hora en observación.
- Si usted toma anticoagulantes orales coméntelo con su Médico ó Enfermera de su Centro de Salud.