



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 gogorrak
- 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)
- Zumos sin pulpa, caldos filtrados, infusiones (todo lo que desee)
- Bebidas sin gas (Aquarius, Isostar,

#### 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 gantzadunak
- 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.

**MOVIPREP® hartzeko jarraibideak**

- Proba baino 24 ordu lehenago, Bisacodiloko 2 pilula hartu.
- Proba baino 12 ordu lehenago, nahastu A zorrotxo bateko eta B zorrotxo bateko edukia litro bat uretan, eragin iezaiozu hautsa disolbatu arte, eta edan 1-2 orduko epean. Horrez gain, edan baimendutako likido argiaren litro erdia.
- Proba baino 6 ordu lehenago, nahastu beste bi zorrotxo, A eta B, litro bat uretan. Jarraian edan prestakin hau, baimendutako likidoen litro erdi gehiagorekin gutxienez
- 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 antikoagulatzaileak hartzen badituzu, esaiozu zure Osasun Zentrok medikuari edo erizainari.

**Instrucciones de toma de MOVIPREP®**

- 24 horas antes de la prueba, tomar 2 comprimidos de Bisacodilo
- 12 horas antes de la prueba disuelva el contenido del sobre A y B en un recipiente con 1 litro de agua, agítelo hasta que el polvo esté disuelto y tómelo en 1-2 horas. Beba además medio litro de líquido claro permitido.
- 6 horas antes de la prueba, disuelva el otro A y B en otro litro de agua. Seguidamente tome este preparado con al menos medio litro más de los líquidos permitidos.
- 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.

**Oharrak / OBSERVACIONES:**