

Appuntamento previsto per il: alle ore

PREPARAZIONE ALLA COLONOSCOPIA

Per eseguire una colonoscopia è necessario che l'intestino sia ben pulito. La qualità dell'esame dipende dalla preparazione intestinale e se non è sufficiente l'esame può essere non conclusivo e dovrà essere ripetuto! È fondamentale quindi che lei segua attentamente queste istruzioni per la preparazione.

Dieta 3 giorni prima dell'esame:

Nei tre giorni precedenti all'esame è necessario di seguire una dieta senza scorie vegetali. Consigliamo i seguenti alimenti:

- **Alimenti consigliati:**
permessi unicamente alimenti facilmente digeribili senza scorie o fibre, come pasta bianca (poco sugo, evitare pesto o condimenti vari, solo olio o burro), pane bianco, carne di vitello, pollo o tacchino, pesce, riso, uova, patate, fette biscottate, tè, succhi di frutta (senza polpa), brodo (dado).
- **Alimenti sconsigliati:**
Proibiti sono verdura e frutta soprattutto con noccioline (*kiwi, uva, pomodori*), alimenti integrali e con semi (pane o pasta integrale).

Dieta e preparazione il giorno prima dell'esame:

- Il giorno prima dell'esame per la colazione assumere gli alimenti "permessi" (vedi sotto).
- **Permessi:** tè, caffè, brodo e acqua minerale, succhi di frutta (senza polpa), fette biscottate, biscotti, 2-3 fettine di pane bianco, yogurt bianco
- **Proibiti:** marmellata con semini, cereali, müsli, etc

DOPO LA COLAZIONE ASSUMERE SOLAMENTE ALIMENTI LIQUIDI (acqua minerale, brodo, tè e succhi di frutta senza polpa).

- **Preparazione con PICOPREP®**
La bustina di Picoprep deve essere sciolto in una tazza di acqua fredda (circa 150 ml). Mescolare 2-3 minuti e quindi bere la soluzione. A volte la soluzione si riscalda quando Picoprep si scioglie. Se ciò accade, aspettare a bere fino a che la soluzione diventa sufficientemente fredda.
La dose usuale è l'assunzione della **prima bustina** al primo pomeriggio (14.00) e la **seconda bustina** verso le 17.00 del giorno precedente la procedura. Dopo la **prima e la seconda** bustina di Picoprep bere 1.5 - 2 litri di liquidi chiari distribuiti su alcune ore.

Ci si aspetta movimenti di svuotamento dell'intestino che possono verificarsi in qualsiasi momento dopo aver bevuto Picoprep. Sia dunque sicuro di avere un facile accesso ad un bagno per tutto il tempo in cui è in trattamento con Picoprep, finché l'effetto sia esaurito. In alcune persone l'effetto lassativo inizia solo dopo l'assunzione della seconda bustina (dopo alcune ore). Nonostante la corretta assunzione della soluzione, non si ottiene una adeguata pulizia intestinale, e ciò è dimostrato dal fatto che le ultime evacuazioni non sono perfettamente limpide ma presentano ancora residui fecali. Questo è più frequente in persone con stitichezza. Tali pazienti potrebbero iniziare la preparazione con qualche ora di anticipo e, se necessario, proseguire con una ulteriore assunzione di liquidi chiari (altri 1-2 litri).

Alcuni pazienti lamentano nausea e/o vomito durante la preparazione (per la quantità di liquidi da assumere). Si può ridurre tale problema raffreddando i liquidi in frigorifero, rallentando l'assunzione dei liquidi oppure assumendo un antiemetico (per es. Motilium).

Come già descritto bisogna ripristinare i liquidi persi e per questo è *importante bere abbondantemente liquidi chiari durante il trattamento* con Picoprep e questo finché i movimenti intestinali siano terminati. Liquidi chiari sono, ad esempio, acqua, tè, tisane, succhi di frutta senza polpa, brodo non grasso, gazzosa, bevande analcoliche (soft drinks), etc.

Il giorno dell'esame deve essere a digiuno (è possibile bere un goccino d'acqua o caffè 2 ore prima dell'esame e poi più niente!). Venire preferibilmente accompagnati o spostarsi con i mezzi pubblici siccome dopo l'esame non si potrà guidare per il resto della giornata (o almeno per 6 ore).

Si consiglia di prendere la terapia medica normale al mattino dell'esame tranne in alcuni casi dove i medicinali anticoagulanti devono essere sospesi (viene comunicato dal suo medico oppure lo specialista!)

In caso di domande non esiti di chiamare lo studio medico del PD Dr. med. Florian Bihl