

การเตรียมตัวเพื่อตรวจลำไส้ใหญ่โดยการส่องกล้อง (การล้างลำไส้)

Preparing for a Colonoscopy (Bowel Cleansing)

เพื่อให้การทดสอบประสบความสำเร็จ ท้องของท่านต้องว่างเปล่า โปรดทำตามขั้นตอนเหล่านี้ให้ถูกต้อง ถ้าหากท่านไม่ทำตาม เราจะต้องจองเวลาทำขั้นตอนของท่านใหม่ และท่านจะต้องทำขั้นตอนเหล่านี้ซ้ำ

7 วันก่อนการส่องกล้องตรวจลำไส้ใหญ่

ห้ามทานวิตามินธาตุเหล็กและวิตามินรวม

***ซื้อยาระบาย PegLyte หรือยาระบาย CoLyte ขนาด 4 ลิตร**จากร้านขายยาอย่างน้อย 7 วันก่อนตรวจ

นี่คือยาระบายล้างลำไส้ ท่านจะต้องซื้อยาระบายนี้ที่เคาน์เตอร์ร้านขายยา

ห้ามเตรียมยาระบายนี้เร็วกว่า 2 วันก่อนตรวจลำไส้ใหญ่

5 วันก่อนการส่องกล้องตรวจลำไส้ใหญ่

ห้ามทานอาหารเหล่านี้:

- ผลไม้หรือผักที่มีเมล็ด
ถ้าหากเอาเมล็ดออก ท่านก็ทานได้
- ถั่ว (ทุกประเภท) และเมล็ดพืชต่างๆ
(เมล็ดทานตะวัน เม็ดพืชทอง แพลค และงา ฯลฯ)
- ธัญพืช เช่น ข้าวโพด ข้าวโพดคั่ว ขนมปังโฮลเกรน และขนมปังมัลติเกรน, ไรซ์ข้าวและซีเรียลไรซ์ข้าว, ข้าวโอ๊ต, ขนมปังมัลติเกรน, ไรซ์ข้าวและซีเรียลไรซ์ข้าว, ข้าวโอ๊ต, ทานขนมปังขาวหรือข้าวขาว และทานพาสต้าขาวได้

ทานอาหารอย่างอื่นได้

1 วันก่อนการส่องกล้องตรวจลำไส้ใหญ่

ตอนเช้า:

1. เริ่มทานอาหารเหลวใส

- งดอาหารปกติ ผลิตภัณฑ์นม หรือผลิตภัณฑ์ทดแทนนม
- งดอาหารเหลวที่มีสีแดง สีนํ้าเงิน หรือสีม่วง
- งดเคี้ยวหมากฝรั่ง สุรา ไข่ก หรือน้ำผลไม้ที่มีกาก

เลือกทานของเหลวต่างๆ ที่ไม่ใช่เนื้เปล่า ท่านต้องทดแทนสารเหลวอิเล็กโทรไลต์ที่สูญเสียไปจากอาการท้องเสีย

2. เตรียมยาระบาย PegLyte (หรือยาระบาย CoLyte) ขนาด 4 ลิตร

สำหรับการผสมยาระบาย ผสมตามคำแนะนำบนขวดยา ผสมแล้วเก็บไว้ในตู้เย็น

ตอนบ่ายเวลา 16.00 น.:

1. ดื่มน้ำยาระบาย 2 ลิตรภายใน 90 นาที (1½ ชั่วโมง) โดยใช้หลอดดื่ม 1 แก้ว (250 มล. หรือ 1 ถ้วย) ทุกๆ 10 นาที
2. พยายามอยู่ใกล้ห้องน้ำ ท่านจะเริ่มรู้สึกปวดท้องเข้าห้องน้ำและท้องเสีย อาการท้องเสียทำให้ร่างกายขาดน้ำ ดังนั้นต้องทานอาหารน้ำใสๆและน้ำอิเล็กโทรไลต์ (น้ำชุป น้ำเกลือแร่ ฯลฯ)

ของเหลวที่ท่านสามารถทานได้คือ:

น้ำ	น้ำชุปใสหรือน้ำชุป
น้ำใส (แอปเปิ้ล, องุ่นขาว, น้ำแครนเบอร์รี่สีขา)	ไอติมสีส้มหรือสีขาว
ชาดำหรือกาแฟดำ (ไม่ใช่ครีมหรือนม)	ขนมเชลลี่ส้ม/ขนมเชลลี่-ไอ
น้ำอัดลมจินเจอร์เบียร์	เครื่องดื่มสีส้มหรือสีขาว
	ที่นํ้ากีฬาคีม (น้ำวิตามิน)
	น้ำเคอแรด, น้ำพาวเวอร์เอค)

6 ชั่วโมงก่อนการตรวจลำไส้ใหญ่

ดื่มอีก 2 ลิตรจากขวดภายใน 90 นาทีถัดไป (1½ ชั่วโมง)

3 ชั่วโมงก่อนการตรวจลำไส้ใหญ่

หยุดดื่มของเหลวใสทั้งหมด ห้ามดื่มน้ำทุกอย่างรวมทั้งน้ำดื่ม จนกว่าจะตรวจลำไส้ใหญ่เสร็จ

ท่านสามารถทานยาได้ตามปกติด้วยการจิบน้ำนิดหน่อย ยกเว้นว่าจะได้รับคำแนะนำอย่างอื่น