

## **Orientações dos médicos da Fundação sobre o que se pode esperar durante a preparação para a colonoscopia**

### **Antes de começar a preparação:**

**Entenda as instruções:** Leia atentamente as instruções de preparação fornecidas pelo nosso consultório. Certifique-se de ter entendido todas as etapas e restrições alimentares.

**Mantenha a hidratação:** Beba bastante líquido transparente nos dias anteriores ao procedimento para garantir uma boa hidratação.

**Planeje o seu tempo:** Reserve um dia inteiro para a preparação. Escolha um dia em que você possa ficar perto do banheiro e relaxar.

### **Durante a preparação:**

**Siga as instruções:** Obedeça às instruções de preparação fornecidas pelo seu profissional de saúde. Não pule nem altere nenhuma etapa.

**Beba devagar:** Beba a solução de preparação lentamente ao longo do tempo recomendado, em vez de engolir tudo de uma vez. Isso pode ajudar a reduzir as náuseas.

**Use um canudo:** Se você achar o gosto da solução de preparação desagradável, experimente usando um canudo para evitar algumas papilas gustativas.

**Resfrie a solução:** Resfrie a solução de preparação antes de tomá-la. Muitas pessoas acham a solução mais agradável quando está fria.

### **Para lidar com náuseas ou vômitos:**

**Faça pausas:** Se sentir náuseas ao beber a solução de preparação, faça pequenas pausas para descansar e relaxar antes de continuar.

**Mude de posição:** Sente-se ou deite-se em uma posição confortável ao beber a solução de preparação. A mudança de posição pode ajudar a aliviar náuseas.

**Gengibre:** O gengibre é conhecido por suas propriedades antináuseas. Experimente tomar chá de gengibre ou chupar balas de gengibre para aliviar as náuseas.

**Líquidos transparentes:** Se você vomitar após beber a solução de preparação, espere cerca de 30 minutos e, então, tente tomar pequenos goles de líquidos transparentes como água, caldos claros ou bebidas eletrolíticas.

**Se continuar vomitando ou tiver náuseas intensas que impeçam a conclusão da preparação, você pode comprar um frasco de 10 onças (296 ml) de citrato de magnésio na farmácia e bebê-lo em vez da solução de preparação.**

**Se mesmo assim você não conseguir tolerar a preparação, não se aflija. Ligue para as enfermeiras de endoscopia pelo telefone (603) 577-2490 entre 6h30 e 17h00. Reagendaremos o seu procedimento e nos organizaremos para que experimente uma preparação alternativa. Nossa equipe terá todo o prazer em ajudar você a tomar todas as providências necessárias.**