

PRZYGOTOWANIE DO KOLONOSKOPII

HISTORIA SANDRY



Gratulujemy!

Jeśli rozmawiasz z lekarzem o umówieniu się na kontrolną kolonoskopię – badanie, którego celem jest sprawdzenie zdrowia jelita grubego – to znaczy, że robisz ważną rzecz dla swojego zdrowia, o dużym znaczeniu dla Ciebie i Twojej rodziny.

Dlaczego warto podjąć tę ważną decyzję

Rak jelita grubego występuje u mężczyzn i kobiet ze wszystkich grup rasowych i etnicznych. Rak jelita grubego wystąpi średnio u jednej na 23 osoby. Wczesne wykrycie podczas kolonoskopii może zapobiec powstaniu raka jelita grubego*.

Kolonoskopia to jedyne badanie kontrolne, które może zapobiec rozwojowi raka jelita grubego już w trakcie badania. Dzieje się tak, ponieważ w trakcie kolonoskopii lekarz może usunąć polipy – drobne narośle, z których może rozwinąć się rak, jeśli pozostaną nieleczone – zanim zmienią się w raka. Kolonoskopia trwa ok. 30 minut i jest to badanie ambulatoryjne, co oznacza, że pacjent wraca do domu w dniu zabiegu.

Jak należy się przygotować do kontrolnej kolonoskopii

To ilustrowane opowiadanie, którego bohaterką jest Sandra, zostało opracowane, aby pomóc pacjentom przygotować się do kolonoskopii. Sandra to jedna z tysięcy osób, u których w zeszłym roku wykonano to badanie w Nowym Jorku. Czytając historię Sandry, można się dowiedzieć:

- Dlaczego należy wykonać kolonoskopię
- W jaki sposób przygotować się do kolonoskopii, w tym jak przygotować jelito grube – jest to proces, który obejmuje przyjmowanie leków doustnych, zazwyczaj w formie płynu lub tabletki
- Czego należy się spodziewać przed kolonoskopią i po zakończeniu badania

Na ostatniej stronie opowiadania można znaleźć więcej informacji i narzędzia, które pozwolą Ci się przygotować, w tym listę pytań, którą można zabrać ze sobą na kolejną wizytę u lekarza.

* Amerykańska grupa robocza ds. "statystyk chorób nowotworowych". Statystyki dotyczące chorób nowotworowych w Stanach Zjednoczonych: 1999–2014 Występowanie i śmiertelność – raport internetowy. Atlanta, GA: Amerykański Wydział Zdrowia i Usług Społecznych, Centra Zwalczenia i Zapobiegania Chorobom (US Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention) oraz Krajowy Instytut Chorób Nowotworowych (National Cancer Institute); 2017. Dostępny pod adresem cdc.gov/uscs.

TRZY DNI PRZED KOLONOSKOPIĄ

W SKLEPIE

LISTA ZAKUPÓW

- sok jabłkowy
- woda kokosowa
- piwo imbirowe
- napoje dla sportowców
- herbata
- kawa
- rosół drobiowy

* Nic w kolorze czerwonym, niebieskim lub fioletowym

ZOBACZMY... CO WYBRAĆ,
ŻEBY PRZYGOTOWAĆ
SIĘ DO KOLONOSKOPII?
PIELĘGNIARKA POWIEDZIAŁA,
ŻE NIE MOGĘ JEŚĆ ANI
PIĆ NICZEGO W KOLORZE
CZERWONYM, FIOLETOWYM
I NIEBIESKIM. NICZEGO, CO
MOGŁOBY WYGLĄDAĆ JAK
KREW W JELICIE.

JEŚLI COŚ NIE JEST
PRZEZROCZyste, TO
NIE MOGĘ TEGO PIĆ.
SOK JABŁKOWY
POWINNIEN BYĆ OK.

...TERAZ TRZEBA
ODEBRAĆ ROZTWÓR
DO PRZYGOTOWANIA
JELIT...



WOW... TEN
DUŻY POJEMNIK
JEST NA
ROZTWÓR DO
PRZYGOTOWANIA
JELIT?

TAK. TEN
ROZTWÓR OCZYŚCI
TWOJĄ OKRĘŻNICĘ
- JELITO GRUBE.

A TEN
DODATEK
SMAKOWY
POPRAWI JEGO
SMAK.



JAK BĘDZIE
WYGLĄDĄĆ BADANIE?
AARON JUŻ MIAŁ
KOLONOSKOPIĘ. MOŻE
MI OPOWIE...





HALO?
O, WITAJ,
SANDRO! CO
SŁYCHAĆ?

WITAJ, AARONIE.
PAMIĘTAM, ŻE
NIEDAWNO MIAŁEŚ
KOLONOSKOPIĘ,
NIEPRAWDAŻ?

ZGADZA SIĘ.
KOLONOSKOPIA NIE BYŁA
TAKA ZŁA. NIE OBAWIAJ
SIĘ SAMEGO BADANIA.
NAJGORSZE JEST
PRZYGOTOWANIE JELITA.

DLACZEGO?

TRZEBA BYŁO TYŁE PIĆ.
I POTEM MUSIAŁEM
CO CHWILĘ CHODZIĆ
DO ŁAZIENKI. 15 RAZY
PĘDZIŁEM SPRINTEM 50
METRÓW DO ŁAZIENKI...



WOW... NIE
WIEDZIAŁAM, ŻE
PRZYGOTOWANIE JELITA
DO BADANIA WYMAGA
TYLE ZACHODU.

WIĘCEJ INFORMACJI
MOŻESZ UZYSKAĆ
OD SWOJEGO
ASYSTENTA. DAŁA CI
SWOJĄ WIZYTÓWKĘ,
PRAWDA? ZADZWOŃ
DO NIEJ!

ZROBIĘ TO TERAZ.
DZIĘKI, AARON!

Katie Smith
Asystent pacjenta ds.
kolonoskopii

Telefon: 555-536-7689)
E-mail: katie.smith@cp.co

DZIEN DOBRY, TU SANDRA. ZA
KILKA DNI MAM KOLONOSKOPIĘ
I CHCIAŁABYM SIĘ CZEGOŚ
DOWIEDZIEĆ NA TEMAT
PRZYGOTOWANIA DO BADANIA.

**OCZYWIŚCIE, MOGĘ WYJAŚNIĆ
TEN PROCES KROK PO KROKU.
JEST ON WZGLĘDNIE PROSTY
- NALEŻY PAMIĘTAĆ O TRZECZ
PODSTAWOWYCH KWESTIACH:**

- 1. DZIEŃ PRZED BADANIEM
NALEŻY STOSOWAĆ
DIETĘ SKŁADAJĄCĄ
SIĘ WYŁĄCZNIE
Z PRZEZROCZYSTYCH
PŁYNÓW.**
- 2. PRZED BADANIEM NALEŻY
WYPIĆ CAŁY ŚRODEK
PRZYGOTOWUJĄCY JELITO.**
- 3. KTOŚ MUSI ODWIEZĆ
PACJENTA DO DOMU PO
BADANIU.**



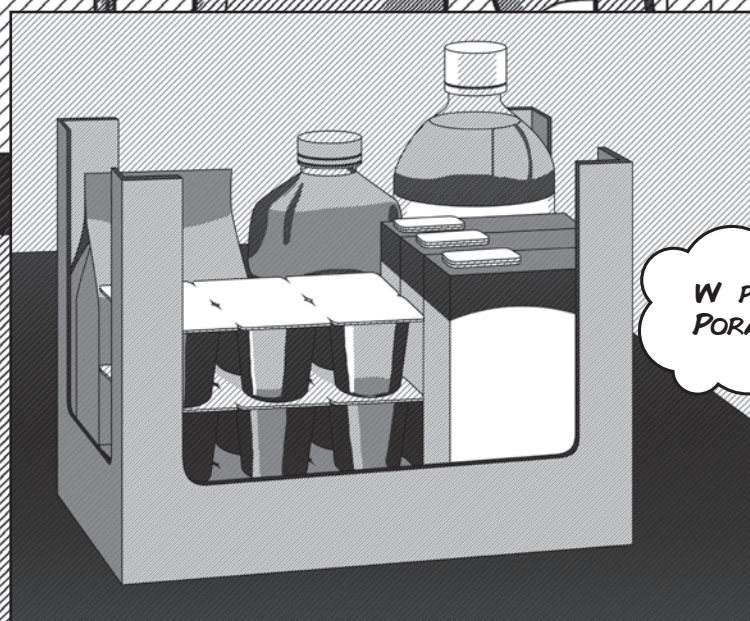
**TA MINA,
KIEDY KTOŚ
MÓWI, ŻE NIE
MOŻESZ JEŚĆ
POKARMÓW
STAŁYCH PRZECZ
CAŁY DZIEŃ.**



DWA DNI PRZED KOLONOSKOPIĄ

A black and white comic panel. A woman with short hair, wearing a hospital gown, is shown in profile, looking at a calendar on the wall. Her right arm is raised, pointing at a date. A thought bubble above her head contains text. In the background, there is a bottle of liquid in a container.

MUSZĘ
ZAPLANOWAĆ
MOJĄ PŁYNNĄ
DIETĘ. ZOBACZMY,
CO TU MAMY...

A black and white comic panel showing a close-up of a container filled with medical supplies. There are two bottles of liquid, one large and one small, and several small white packets or pills arranged in rows.

W PORZĄDKU...
PORADZĘ SOBIE.



DZIEŃ DOBRY, TU
SANDRA.

WITAJ, SANDRO! CZY
MASZ JAKIEŚ PYTANIA?

JUTRO TYLKO DIETA
SKŁADAJĄCA SIĘ
Z PRZEZROCZYSTYCH
PŁYNÓW, TAK?

TAK. I DROBNE
PRZYPOMNIENIE
O LEKACH...

DZISIAJ NIE PRZYJMUJĘ
ŻADNYCH LEKÓW, TAK JAK
ZALECIŁ MI LEKARZ.





JUTRO BĘDĘ
POTRZEBOWAĆ
WASZEJ POMOCY.
CHODZI O BADANIE
POD KĄTEM RAKA
JELITA GRUBEGO.

NIE MARTW SIĘ,
SANDRO. ZAWSZE
WPUŚCIMY CIĘ
PIERWSZĄ DO
ŁAZIENKI.

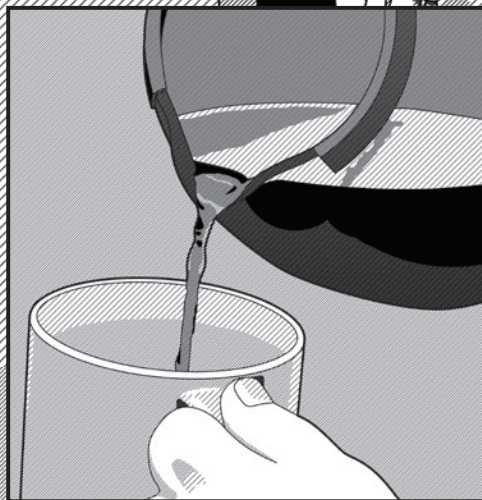
NIE BĘDZIEMY
JEŚĆ W TWOJEJ
OBECNOŚCI.
I POJADĘ
Z TOBĄ!

JESTEŚCIE
WSPANIALI.

WZDYCHA... MAM NADZIEJĘ, ŻE NIE MAM
RAKA. BADANIE BĘDZIE TRUDNE, ALE CHCĘ
CHRONIĆ SVOJE ZDROWIE. MOŻE ZDROWY
SEN POMÓŻE MI OCZYŚCIĆ UMYŚŁ...

DZIEŃ PRZED KOLONOSKOPIĄ

WCZEŚNIE
NASTĘPNEGO RANKA



ZARAZ... POWIEDZIELI,
ŻEBY NIE JEŚĆ
PRODUKTÓW MLECZNYCH.
JEŚLI COŚ NIE JEST
PRZEZROCZYSTE, TO NIE
MOGĘ TEGO PIĆ.

PORA LUNCHU, TEGO SAMEGO DNIA...

SMACZNEGO!

JEMY TO SAMO,
CO TY!

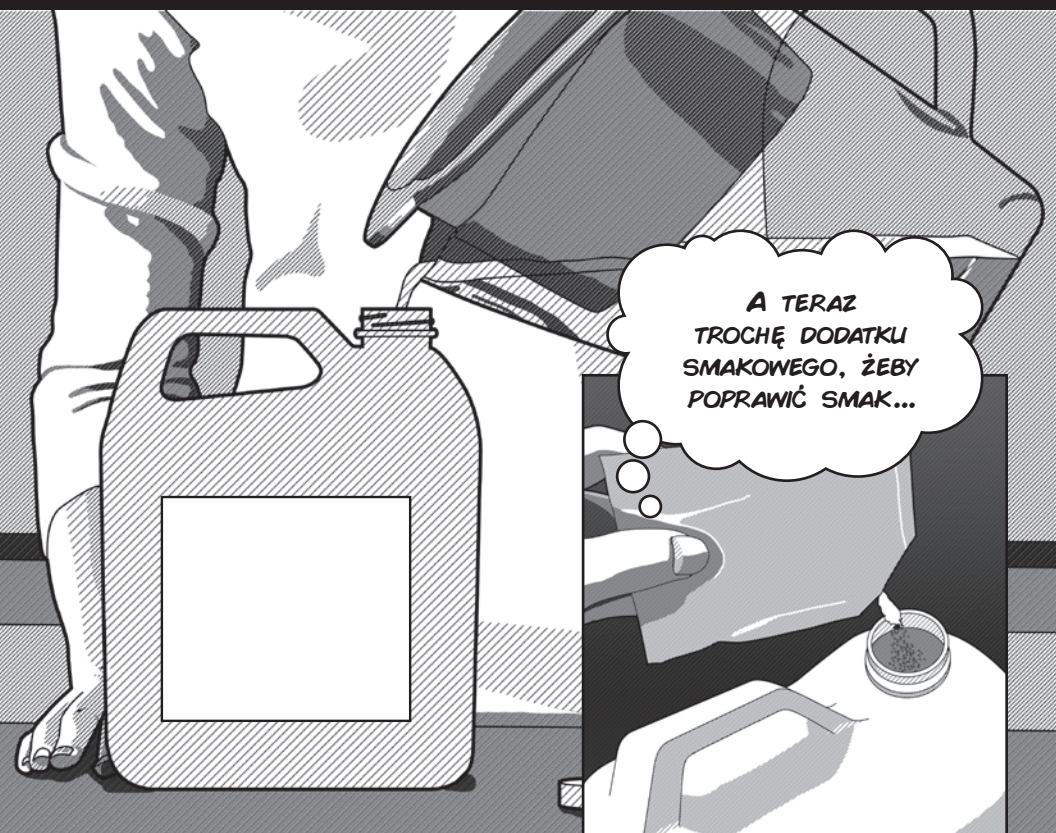
DZIĘKUJĘ! BEZ
WAS BY MI SIĘ NIE
UDAŁO.

CZY WSZYSTKO
W PORZĄDKU? NIE JADŁAŚ
ŻADNYCH PRODUKTÓW
STAŁYCH PRZEZ CAŁY DZIEŃ.

CZUJĘ SIĘ DOBRZE.
WYSTARCZY MI TO,
CO JADŁAM.

A black and white comic panel showing a woman with short hair, wearing a light-colored top, holding a large bag of powder. She is looking down at the bag with a slight smile.

TERAZ MUSZĘ
TYLKO DODAC WODE
DO ROZTWORU DO
PRZYGOTOWANIA
JELITA...

A black and white comic panel showing a person's hands pouring liquid from a large container into a large plastic jug. The jug has a large empty rectangular label. In the bottom right corner, there is an inset showing a hand holding a small container of powder.

A TERAZ
TROCHE DODATKU
SMAKOWEGO, ZEBY
POPRAWIC SMAK...



WSZYSTKO TO
WYPIJESZ?



WSZYSTKO OPRÓCZ PÓŁ
SZKLANKI. MUSZĘ TROCHĘ
ZOSTAWIĆ NA JUTRO RANO.



DAJESZ DOBRY PRZYKŁAD
RODZINIE, SANDRO.

TAK, ZGADZA SIĘ. TO WŁAŚNIE
MNIĘ ZMOTYWOWAŁO. LEPIJ SIĘ
DOWIEDZIEĆ WCZEŚNIE NIŻ ZA
PÓŹNO.

PAMIĘTAM, JAK
MÓWIŁAŚ, ŻE TWÓJ
DZIADEK MIAŁ RAKA.

Twój syn
również powinien
się przebadać.
Niedawno
skończył 51 lat.

OHO. CZAS „NA
50-METROWY SPRINT
DO TOALETY”...





ILE RAZY
JESZCZE?



DZIESIĘĆ, MOŻE WIĘCEJ.
TAK BYŁO, KIEDY
TWÓJ OJCIEC MIAŁ
KOLONOSKOPIĘ.



TATA MIAŁ
KOLONOSKOPIĘ?
HMM...



W DNIU KOLONOSKOPII



POWINNAM WYPIĆ DO
KOŃCA ŚRODEK DO
PRZYGOTOWANIA JELITA.





GOTOWA NA
KOŁONOSKOPIĘ?



OCZYWIŚCIE! NIE ZAPOMNIJ
- NIE BĘDĘ MOGŁA SAMA
WRÓCIĆ DO DOMU!



NIE MARTW SIĘ, ODBIORĘ
CIĘ! A POTEM OPOWIESZ
MI, JAK BYŁO.

WITAMY! OK, TRZY RZECZY: PO PIERWSZE,
PRZYSZŁA PANI NA KOLONOSKOPIĘ?

TAK.

OSTATNIE LEKI
PRZYGOTOWUJĄCE JELITO
PRZYJĘTE O 5 RANO.
A POTEM JUŻ NIC.

PO DRUGIE, CZY JADŁA
LUB PIŁA PANI COŚ
RANO?

DOSKONALE. PO TRZECIE,
CZY JEST KTOŚ, KTO
ZABIERZE PANIĄ DO
DOMU?

TAK. MÓJ MĄŻ.

ŚWIETNIE. DAM
ZNAĆ, KIEDY LEKARZ
BĘDZIE GOTOWY PANIĄ
PRZYJĄĆ!





ZOBACZYMY TU
OBRAZY PANI JELITA
GRUBEGO.

JAK POSZŁO
PRZYGOTOWYWANIE
JELITA?

WYPIŁAM CAŁY PREPARAT,
A WCZORAJ PRZEZ CAŁY DZIEŃ
PIŁAM TYLKO KLAROWNE PŁYNY.
CZUJĘ, ŻE MOJE JELITA SĄ CZYSTE
I PUSTE.

ŚWIECZNIE. TEN ŚRODEK USPOKAJAJĄCY
SPRAWI, ŻE POCZUJE PANI SENNOŚĆ
I PÓŹNIEJ MOŻE PANI NIE PAMIĘTAĆ
KOLONOSKOPII. GOTOWA DO ZABIEGU?

GOTOWA.

W POCZEKALNI...

HEJ! JUŻ PO
WSZYSTKIM!

JAK SIĘ
CZUJESZ?

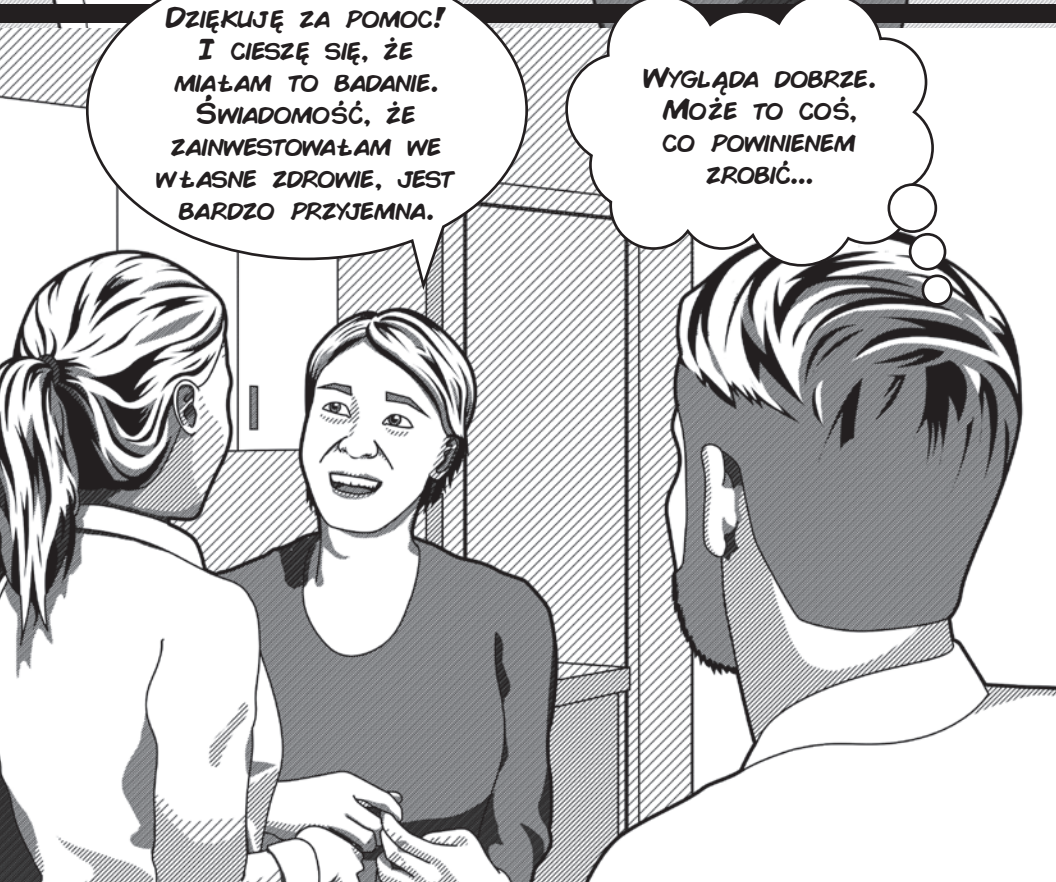
ULŻYŁO MI!
I JESTEM TROCHĘ
GŁODNA.





**WITAJ, SANDRO! WYGLĄDA
NA TO, ŻE ZABIEG SIĘ
UDAŁ. CHCĘ CI TYLKO
PRZYPOMNIEĆ, ŻEBYŚ
ZACZEKAŁA NA ZDJĘCIA.
POWINNY BYĆ GOTOWE ZA
MNIJ WIĘCEJ GODZINĘ.**

**I PAMIĘTAJ: NIE WOLNO
CI DZISIAJ PIĆ ŻADNEGO
ALKOHOLU. I NIE RÓB
WIELKICH PLANÓW NA
WIECZÓR! PO PROSTU
ODPOCZNIJ.**



**DZIĘKUJĘ ZA POMOC!
I CIESZĘ SIĘ, ŻE
MIAŁAM TO BADANIE.
ŚWIADOMOŚĆ, ŻE
ZAINWESTOWAŁAM WE
WŁASNE ZDROWIE, JEST
BARDZO PRZYJEMNA.**

**WYGLĄDA DOBRZE.
MOŻE TO COŚ,
CO POWINIEM
ZROBIĆ...**

PO KOLONOSKOPII

CHCESZ TERAZ ZROBIĆ
COŚ FAJNEGO? IŚĆ NA
ZAKUPY?

NIE DZISIAJ.
BEZ WIELKICH
PLANÓW,
PAMIĘTASZ?

NO TAK... JAK
BYŁO?

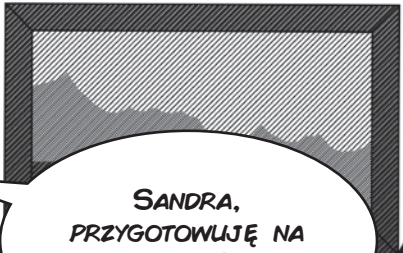
DOBRE. PIEŁĘGNIARKA
POWIEDZIAŁA, ŻE
ZROBILI ZDJĘCIA
CAŁEGO JELITA
GRUBEGO. DO SAMEGO
KOŃCA.

CO
ZOBACZYLI?

NIE STWIERDZILI
POLIPÓW ANI
GUZKÓW, KTÓRE
MOGŁYBY
ŚWIADCZYĆ
O RAKU.



O MATKO,
ALE JESTEM
GŁODNA...



SANDRA,
PRZYGOTOWUJĘ NA
KOLACJĘ TWOJE
ULUBIONE DANIE!



DZIĘKUJĘ! JUŻ
NIE MOGĘ SIĘ
DOCZekać!

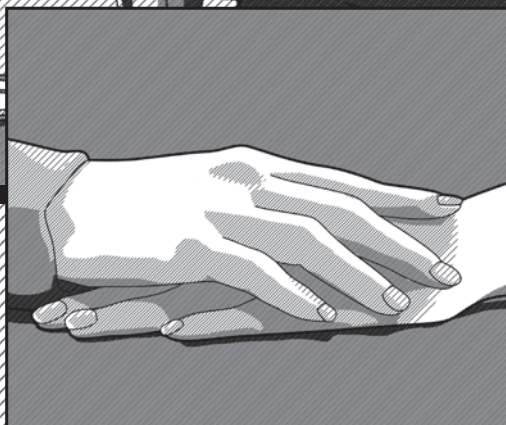


NAPRAWDĘ BYŁO
WARTO.



JESTEŚMY Z CIEBIE
TACY DUMNI, SANDRO!

MOŻE CZAS SIĘ
PRZEBADAĆ, ŻEBY
SPRAWDZIĆ, CZY NIE
MAM RAKA JELITA
GRUBEGO?



MOŻE I TY SIĘ
PRZEBADASZ?

PYTANIA DO LEKARZA

1. W jaki sposób muszę przygotować jelito grube do kolonoskopii?
2. Jakie inne leki będę musiał(a) przyjąć poza tym przygotowującym jelito?
3. Czy będę musiał(a) przerwać przyjmowanie jakichś leków przed zabiegiem?
4. Ile wolnego będę musiał(a) wziąć z pracy, żeby przygotować się do kolonoskopii?
5. Jakie środki na uspokojenie otrzymam podczas kolonoskopii?
6. Ile trwa kolonoskopia?
7. Co się stanie w przypadku stwierdzenia polipa?
8. Jak często należy przeprowadzać kolonoskopię?
9. Kto jeszcze z mojej rodziny będzie musiał się zbadać?
10. Co mam zrobić, jeśli nie będę się dobrze czuć po zabiegu?

PODZIĘKOWANIA

Recenzenci

Wydział Zdrowia i Higieny Psychicznej miasta Nowy Jork (New York City Department of Health and Mental Hygiene, NYC DOHMH).

Sonia Angell, MD, MPH

Jennifer Brown, PhD

Shadi Chamany, MD, MPH

Kim Kessler, JD

Justin List, MD, MAR, MSc

Sonia Villegas, MA

Sieć asystentów dla pacjentów skierowanych na kolonoskopię NYC DOHMH.

Konsultanci:

Maryse Georges, MPH

Richard Rosenberg, MD, New York-Presbyterian

Elizabeth Tedrow, MPH

Benjamin Tsang, artysta

