PRZYGOTOWANIA DO KOLONOSKOPII

HISTORIA SANDRY

Gratulacje!

Jeśli rozmawiasz ze swoim lekarzem w sprawie wyznaczenia przesiewowej kolonoskopii – procedury mającej na celu potwierdzenie zdrowia jelita grubego – zrobiłeś(-aś) ważny krok w kierunku bycia zdrowym(-ą) dla siebie i dla swojej rodziny. Wiele osób powinno rozpocząć badania przesiewowe w wieku 45 lat. W przypadku osób narażonych na wysokie ryzyko może być to konieczne wcześniej.

Powód, dla którego trzeba podjąć tę decyzję

Rak jelita grubego dotyczy mężczyzn i kobiet ze wszystkich grup rasowych i etnicznych. Średnio około jedna na 24 osoby zachoruje na raka jelita grubego w trakcie życia.* Wczesne wykrycie w kolonoskopii może pomóc zapobiec rozwojowi raka jelita grubego.

Procedura kolonoskopii jest jedyną metodą przesiewową zapobiegającą wystąpieniu raka jelita grubego w momencie badania przesiewowego. A to dzięki temu, że podczas kolonoskopii lekarz może usunąć polipy – małe wyrośla, z których może powstać rak, jeśli nie zostaną usunięte – zanim powstanie z nich rak. Kolonoskopia trwa około 30 minut i jest wykonywania ambulatoryjnie, co oznacza, że pacjent idzie do domu tego samego dnia.

Jak się przygotować do przesiewowej kolonoskopii

Niniejsza broszura przedstawiająca Sandrę została opracowana, aby pomóc Ci przygotować się do kolonoskopii. Sandra jest jedną z tysiąców osób, które poddały się badaniom przesiewowym w ostatnim roku w Nowym Jorku. Czytając historię Sandry, dowiesz się:

- powody, dla których warto wykonać kolonoskopię;
- jak przygotować się do kolonoskopii, w tym informacje o przygotowaniu jelita, czynności polegającej na przyjęciu leku doustnego, zwykle w postaci płynu lub tabletki;
- czego należy się spodziewać przed kolonoskopią i po niej.

Ostatnia strona niniejszej broszury zawiera więcej informacji i narzędzi, które pomogą Ci się przygotować, w tym listę pytań, którą możesz wziąć ze sobą na kolejną wizytę u swojego lekarza.

Więcej informacji można znaleźć na stronie: **nyc.gov/health/coloncancer**. Podobne historie o badaniach przesiewowych – kliknij na **Decyzja Marka** i **Jak wykonać badanie na raka jelita grubego w domu**.

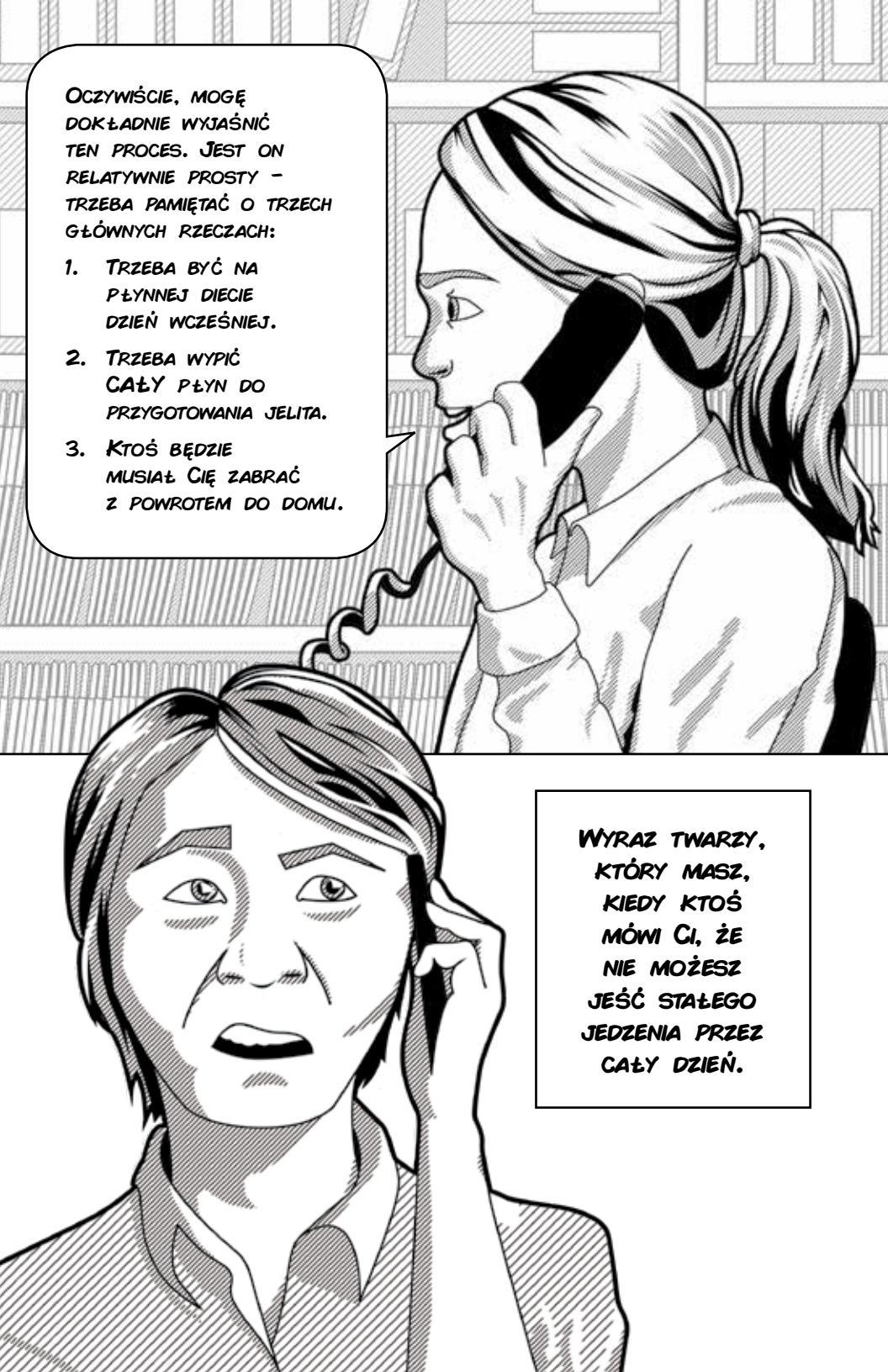
* Na podstawie danych Programu Nadzoru, Epidemiologii i Wyników Końcowych (Surveillance, Epidemiology and End Results, SEER) Narodowego Instytutu Badań nad Rakiem z lat 2017–2019. Dodatkowe informacje można uzyskać na stronie **seer.cancer.gov/statfacts/html/colorect.html**.

TRZY DNI PRZED KOLONOSKOPIĄ
W SKLEPIE
ZASTANÓWMY SIĘ... CO MAM KUPIĆ, ZWAŻYWSZY NA PRZYGOTOWANIA DO KOLONOSKOPII? PIELĘGNIARKA POWIEDZIAŁA, ŻE NIE WOLNO SPOŻYWAĆ ŻADNYCH CZERWONYCH, FIOLETOWYCH ANI NIEBIESKICH POKARMÓW I NAPOJÓW. NIC, CO MOGŁOBY WYGLĄDAĆ JAK KREW W MOICH JELITACH.
LISTA ZAKUPÓW
- Sok jabłkowy
- Woda kokosowa
- Gazowany napój imbirowy
- Napoje sportowe
- Herbata
- Kawa
- Bulion drobiowy
*Nic o kolorze czerwonym, niebieskim lub fioletowym
NIE MOGĘ PIĆ NICZEGO, CO NIE JEST PRZEZROCZYSTE. SOK JABŁKOWY POWINIEN BYĆ OK.
...TERAZ MUSZĘ KUPIĆ PŁYN DO PRZYGOTOWANIA JELITA...

Oj! Czy ten duży pojemnik to płyn do przygotowania jelita?
Tak. Oczyści on jelito – jelito grube.
I dzięki temu smakowi będzie smakować lepiej.
Jak będzie przebiegać procedura? Aaron już to zrobił. Może będzie mi mógł powiedzieć...
11:37 AM
Wszystkie osoby do kontaktu
Aaron
Abbott
Alex
Ali
Art

Halo? O, cześć Sandro. Jak leci?
Hej Aaron. Czy nie robiłeś niedawno badania przesiewowego na raka jelita grubego?
Tak. Kolonoskopia nie była taka zła. Nie martw się badaniem. Najtrudniejszą częścią jest przygotowanie jelita.
Dlaczego?
Trzeba było wypić DUŻO płynu. A potem musiałem przez godziny wychodzić do toalety. Robiłem 50-metrowy wyścig 15 razy...

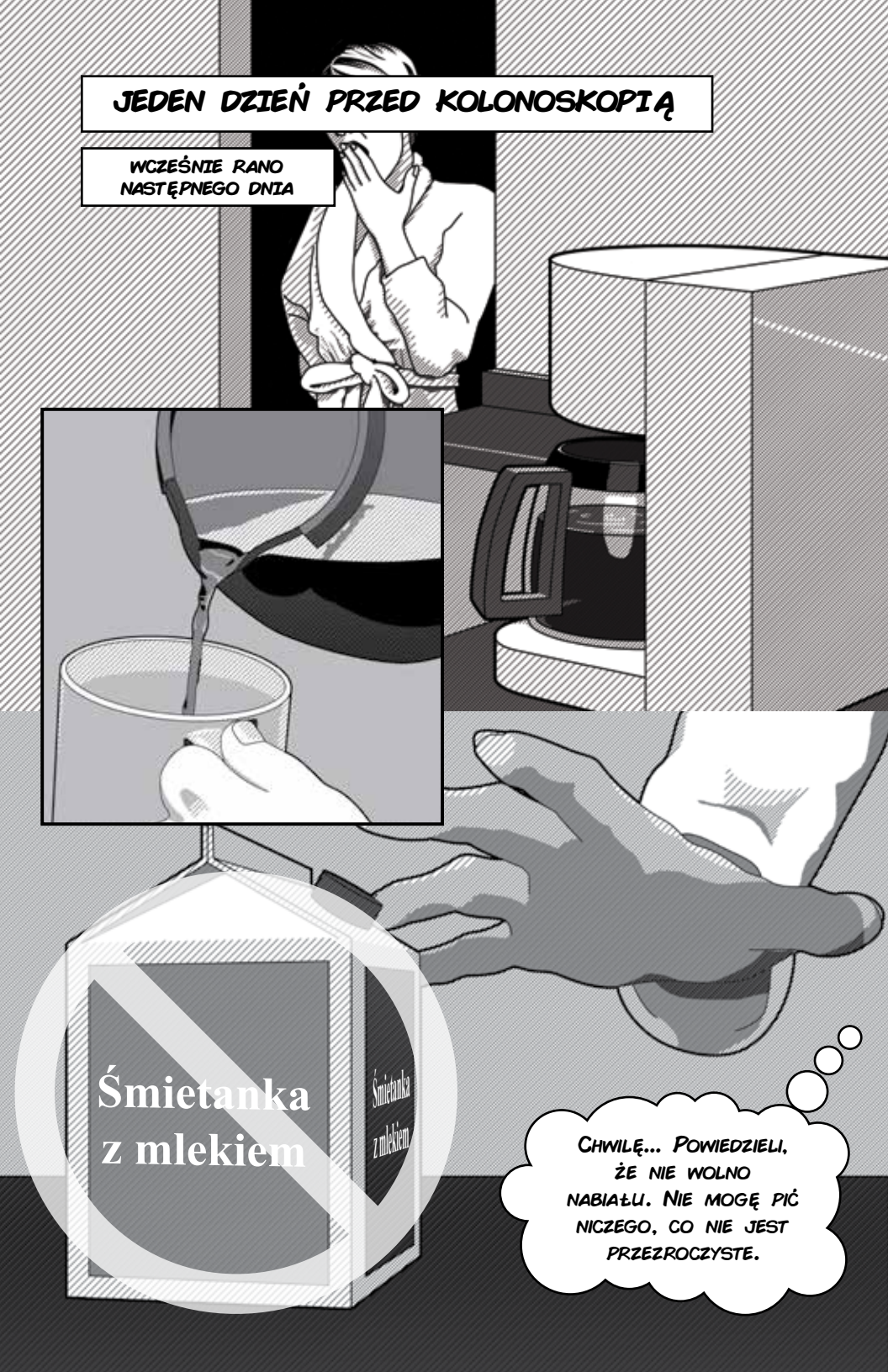
Oj! Nie wiedziałem, że przygotowanie jelita będzie takie pracochłonne.
Możesz uzyskać więcej informacji od swojego nawigatora. Dał Ci swoją wizytówkę, tak? Zadzwoń do niego.
Zadzwonię do niego teraz. Dzięki Aaron!
Katie Smith
Nawigator ds. kolonoskopii
Telefon: 555-536-7689
E-mail: katie.smith@cp.co
Dzień dobry, mam na imię Sandra. Za kilka dni mam kolonoskopię i chciałabym uzyskać informacje na temat przygotowania do kolonoskopii.


Oczywiście, mogę dokładnie wyjaśnić ten proces. Jest on relatywnie prosty – trzeba pamiętać o trzech głównych rzeczach:
1. Trzeba być na płynnej diecie dzień wcześniej.
2. Trzeba wypić CAŁY płyn do przygotowania jelita.
3. Ktoś będzie musiał Cię zabrać z powrotem do domu.
Wyraz twarzy, który masz, kiedy ktoś mówi Ci, że nie możesz jeść stałego jedzenia przez cały dzień.

DWA DNI PRZED KOLONOSKOPIĄ
MUSZĘ ROZPOCZĄĆ PŁYNNĄ DIETĘ. ZOBACZMY CO MAMY...
DOBRZE... PORADZĘ SOBIE Z TYM.

Dzień dobry, mam na imię Sandra.
Dzień dobry Sandro! Czy masz jakieś pytania?
Mam być jutro tylko na płynnej diecie, tak?
Tak. I drobne przypomnienie o lekach...
Tak, mój lekarz wyjaśnił, jakie leki mogę przyjąć, a jakich nie mogę przyjmować.

Będę potrzebować jutro Waszej pomocy. Ma to związek z badaniem przesiewowym na raka jelita grubego.
Nie martw się Sandro. Będziesz mogła skorzystać z toalety jako pierwsza.
Nie będziemy przy Tobie jeść i będę Ci towarzyszyć!
Jesteście najlepsi!
westchnienie Mam nadzieję, że nie mam raka. Badanie przesiewowe na raka jelita grubego jest trudne, ale chcę chronić moje zdrowie. Może zrobi mi się lepiej, jak się dobrze wyśpię...


JEDEN DZIEŃ PRZED KOLONOSKOPIĄ
WCZEŚNIE RANO NASTĘPNEGO DNIA
Śmietanka z mlekiem
Śmietanka z mlekiem
CHWILĘ... POWIEDZIELI, ŻE NIE WOLNO NABIAŁU. NIE MOGĘ PIĆ NICZEGO, CO NIE JEST PRZEZROCZYSTE.

OBIAD, PÓŹNIEJ TEGO SAMEGO DNIA...
SMACZNEGO!
JEMY TO SAMO, CO TY!
DZIĘKUJĘ WAM OBOJGU. NIE MOGŁABYM TEGO ZROBIĆ SAMA.
CZY DOBRZE SIĘ CZUJESZ? NIE JADŁAŚ STAŁEGO JEDZENIA PRZEZ CAŁY DZIEŃ.
CZUJĘ SIĘ DOBRZE. TO MI WYSTARCZYŁO.

Teraz muszę tylko jeszcze dodać wodę do preparatu do przygotowania jelita...
I smak, aby smakował lepiej...

WSZYSTKO TO MASZ WYPIĆ?
POŁOWĘ. DRUGA POŁOWA ZOSTAJE NA JUTRO RANO.

Dajesz dobry przykład rodzinie Sandro.
Pamiętam, że powiedziałaś mi, że Twój dziadek miał raka.
Tak, on miał. To mnie zmotywowało do zrobienia tego. Lepiej jest się dowiedzieć wcześniej niż zbyt późno.
Twój syn także powinien poddać się badaniom przesiewowym. Niedawno skończył 45 lat.
Aha. Czas na „50-metrowy wyścig do toalety"...

Ile razy będę musiała to zrobić?
Dziesięć razy, a może więcej. Tak samo było, jak Twój tata miał kolonoskopię.
Tato miał kolonoskopię? Tak...

DZIEŃ WYKONANIA KOLONOSKOPII
500
POWINNAM WYPIĆ RESZTĘ PŁYNU DO PRZYGOTOWANIA JELITA.

Kochanie, jesteś gotowa na kolonoskopię?
O tak! Nie zapomnij – nie wypuszczą mnie do domu bez osoby towarzyszącej!
Nie martw się. Będę tam, aby Cię odebrać! Będziesz mogła mi potem opowiedzieć, jak wygląda to badanie.

W REJESTRACJI...
WITAMY! DOBRZE, TRZY RZECZY: PO PIERWSZE, CZY ZGŁASZASZ SIĘ NA KOLONOSKOPIĘ?
TAK.
PO DRUGIE, CZY JADŁAŚ LUB PIŁAŚ COŚ DZISIAJ RANO?
OSTATNIE PRZYGOTOWANIE JELITA O 5 RANO, A POTEM NIC.
PERFEKCYJNIE. PO TRZECIE, CZY KTOŚ BĘDZIE MÓGŁ CIĘ ZABRAĆ DO DOMU?
TAK. MÓJ MĄŻ.
WYŚMIENICIE. POWIEM CI, KIEDY LEKARZ BĘDZIE MÓGŁ CIĘ PRZYJĄĆ!

Tutaj zobaczymy zdjęcia Twojego jelita.
Jak przebiegło przygotowanie jelita?
Wypiłam cały płyn, a wczoraj piłam tylko przezroczyste płyny. Czuję się oczyszczona i pusta.
Wyśmienicie. Ten środek usypiający sprawi, że poczujesz się śpiąca i możesz nie pamiętać później kolonoskopii. Jesteś gotowa?
Jestem gotowa.

W POCZEKALNI
HEJ! SKOŃCZONE!
JAK SIĘ CZUJESZ?
SZCZĘŚLIWA, ŻE JUŻ PO WSZYSTKIM! JESTEM JEDNAK TROCHĘ GŁODNA.

Hej Sandro! Wygląda na to, że procedura przebiegła dobrze. Chcę Ci tylko przypomnieć, żebyś poczekała na zdjęcia. Powinno to tylko zająć około godziny.
I nie zapomnij: nie można dzisiaj spożywać alkoholu. I nie planuj niczego dużego dzisiaj wieczorem! Po prostu odpoczywaj.
Dziękuję za pomoc! I jestem szczęśliwa, że to zrobiłam. Dobrze jest zainwestować w swoje zdrowie.
Chyba dobrze się czuje. Może ja też powinienem to zrobić...

PO KOLONOSKOPII
Czy chcesz zrobić coś fajnego? Pójść na zakupy?
Nie dzisiaj. Żadnych dużych planów, pamiętasz?
No tak... Więc, jak udało się badanie?
Dobrze. Pielęgniarka powiedziała, że udało im się zrobić zdjęcia mojego całego jelita grubego. Do końca jelita.
Co zobaczyli?
Żadnych polipów ani guzków, z których mógłby powstać rak.

Ale jestem głodna...
Sandro, ugotuję dzisiaj wieczorem Twoją ulubioną potrawę!
Dziękuję! Nie mogę się doczekać!
Warto było TO zrobić.

Jesteśmy z Ciebie tak dumni Sandro!
Może ja powinienem poddać się badaniu na raka jelita grubego?
A ty...?

Pytania dla Twojego lekarza

1. Jaki rodzaj preparatu do przygotowania jelita będę musiał(a) przyjąć przed kolonoskopią?

2. Jakie inne leki będę musiał(a) przyjąć oprócz preparatu do przygotowania jelita?

3. Czy będę musiał(a) przestać przyjmować którykolwiek z moich leków przed procedurą?

4. Ile wolnego będę musiał(a) wziąć z pracy, aby przygotować się do kolonoskopii?

5. Jaki środek usypiający otrzymam podczas kolonoskopii?

6. Jak długo trwa kolonoskopia?

7. Co jeśli okaże się, że mam polipa?

8. Jak często muszę wykonywać kolonoskopię?

9. Kto jeszcze z mojej rodziny będzie musiał poddać się badaniom przesiewowym?

10. Co mam zrobić, jeśli nie będę się dobrze czuć zaraz po kolonoskopii?

Podziękowania

Konsultanci:

Maryse Georges, MPH

Richard Rosenberg, MD, New York-Presbyterian

Elizabeth Tedrow, MPH

Benjamin Tsang, artysta

4.24 Polish