

LEIÐBEININGAR UM UNDIRBÚNING FYRIR RISTILSPEGLUN MEÐ PICOPREP

Meltingarsetrið, jarðhæð/1. hæð, Bíldshöfða 9, 110 Reykjavík

- Úthreinsilyfið heitir **Picoprep** og fæst án lyfseðils
- Einnig fylgja leiðbeiningar úthreinsilyfinu en vinsamlegast farið eftir leiðbeiningunum frá okkur (sjá hér að neðan)
- Athugið að flestir fá kæruleysislyf og ert þá ófær um að aka bíl eða stýra tækjabúnaði þar til daginn eftir speglun.
- Ef þú þarfnast nánari upplýsinga eða þarft að breyta tímanum, vinsamlega hafðu þá samband í síma **556-3100** eða á netfangið meltingarsetrid@meltingarsetrid.is með minnst viku fyrirvara ef hægt er.

| | |
|--|---|
| Eina viku fyrir rannsókn | Forðast skal neyslu á grófum kornum, heilum fræjum og kíwi. Takir þú járntöflur þarftu að gera hlé á notkun þeirra viku fyrir speglun. |
| Tveimur dögum (48 tímum) fyrir rannsókn | Tært fljótandi fæði allan daginn (sjá lista) |
| Dagurinn fyrir rannsókn | Áfram tært fljótandi fæði allan daginn (sjá lista) <ol style="list-style-type: none">1. Picoprep 1 bréf í einn bolla af vatni (u.þ.b. 150 mL) hrærið í 2-3 mínútur og úr verður skýjuð blanda sem getur hitnað við íblöndunina, ef vökvinn verður of heitur bíðið þar til kólnar hæfilega svo hægt sé að drekka hann.2. Drekkið þessa blöndu seinni part (t.d. kl 17) daginn fyrir rannsóknina.3. Drekkið 1.5 lítra af tærum vökva (sjá hugmyndir hér að ofan) eftir inntöku lyfsins. Æskilegt er að fá sér að drekka vel af tærum vökva. |
| Rannsóknardagur | Áfram tært fljótandi fæði allan daginn (sjá lista) <ul style="list-style-type: none">- Byrja daginn á því að drekka og drekka vel fram að speglun.- Picoprep vökvi er blandaður á sama hátt.- Annað bréf skal tekið 4 klst áður en speglun á að hefjast og drekkið 1.5 lítra af tærum vökva eftir inntöku lyfsins.- Ef speglun er klukkan 08:30 þarftu að byrja að drekka um klukkan 04:30.- Vökvinn sem gengur niður á helst að vera tær/ljósugulur og tægjulaus.- Mikilvægt er að drekka vel allan undirbúningstímann. ATH. Ef fyrirhugað er að gera magaspeglun á undan ristilspegluninni á að fasta í a.m.k. 2 klukkustundir. |

Sérfræðingar í Meltingarsetrinu:

Hallgrímur Guðjónsson, Jón Örvar Kristinsson, Lóa G. Davíðsdóttir, Óttar M. Bergmann, Sif Ormarsdóttir, Sigurður Einarsson, Sigurður Ólafsson, Steingerður A. Gunnarsdóttir, Sunna Guðlaugsdóttir

Varðandi blóðþynningarlyf og blóðflöguhemjandi lyf:

Ekki er ástæða til að hætta töku hjartamagnýls (Aspirins) fyrir speglun nema læknirinn gefi sérstök fyrirmæli um það.

Ef þú ert á einhverju af eftirfarandi lyfjum sem hafa áhrif á blóðstorku þarftu að láta lækninn þinn vita: Kóvar, Xarelto, Pradaxa, Rivaroxaban, Eliquis, Lixiana, Persantin, Clopidogrel, Grepid, Plavix, Ticlid, Efient eða Brilique.

LISTI FYRIR TÆRT FLJÓTANDI FÆÐI

Drekkið gjarnan mismunandi vökva og alls ekki eingöngu vatn.

Neytið ekki mjólkurvara eða fastrar fæðu.

Gott að miða við að sjá í gegnum vökvan

Dæmi um tært fljótandi fæði

- Tærar súpur / síðar súpur
- Leysa upp súputeningar eða pakkasúpur
- Ávaxtasafar án aldinkjöts
- Svaladrykkir
- Ávaxtahlaup (jello)
- Gosdrykkir eða orkudrykkir (Gatorade, Powerade, Aquarius)
- Kaffi og te
- Pilsner eða malt
- Frostpinnar án súkkulaðihjúps

Mikilvægt að drekka mjög vel af vökva allan undirbúningstíman og gott að hreyfa sig.

Mikilvægt er að líkaminn fái nægilegan sykur og því ber að forðast sykurlausa drykki.

Þá má vera með tyggjó og sjúga ópal eða brjóstsykur.

Ýmsar upplýsingar má einnig finna á heimasíðunni: www.meltingarsetrid.is.

Gangi þér vel og hlökkum til að sjá þig.

Bestu kveðjur,

Starfsfólk Meltingarsetursins

Sérfræðingar í Meltingarsetrinu:

Hallgrímur Guðjónsson, Jón Örvar Kristinsson, Lóa G. Davíðsdóttir, Óttar M. Bergmann, Sif Ormarsdóttir, Sigurður Einarsson, Sigurður Ólafsson, Steingerður A. Gunnarsdóttir, Sunna Guðlaugsdóttir