

## INSTRUCCIONES DE PREPARACION PARA MIRALAX COLONOSCOPIA

Su procedimiento está programado a \_\_\_\_\_ el \_\_\_\_\_

El centro de cirugía le llamara dos (2) días antes de su procedimiento para darle un tiempo de llegada exacta y revisar su historial de salud.

**COMPRE:**

- botella de 238 g de Miralax o Balance Dulcolax (o polietileno glicol genérico-3350), disponible en la sección de laxante de la mayoría de los supermercados y farmacias
- Gatorade de 64 oz, Crystal Light, jugo de manzana (No use colores rojos o morados)– Usted no va a necesitar esto si está planeando usar agua con la preparación
- Compre una botella de 119 g de Miralax como reserva en caso que los movimientos de los intestinos no sean líquidos

Si usted está tomando **ANTICOAGULANTES**, pare de tomar el medicamento **7 días antes de su procedimiento**, o como lo indique su doctor de cabecera.

DIA 5	DIA 4	DIA 3	DIA 2	DIA ANTES DEL PROCEDIMIENTO	DIA DEL PROCEDIMIENTO		
<p><b>5 días antes del procedimiento: PARE DE TOMAR</b> multivitaminas, hierro, Vitamina E, aceites de Omega-3, preparaciones de fibra. Evite los NSAID, Advil, Aleve, y el ibuprofeno, si es posible. Tylenol y aspirina (sin diluir o del bebé) es aceptable.</p>		<p><b>3 días antes del procedimiento:</b></p> <p><b>NO</b> frutas o vegetales frescos / crudos (cocidos, enlatados está bien). Sin semillas, nueces, tomates, fresas, melones, pepinos, mantequilla de maní, pan sin semillas, arroz, frijoles (legumbres).</p>		<p><b>SOLO LIQUIDOS CLAROS</b> (Vea la siguiente página) <b>NO CONSUMA ALIMENTOS SOLIDOS</b> hasta después del procedimiento. No tome su diurético (píldora de agua). Si usted es diabético, use sólo la mitad de la dosis normal de medicamento para la diabetes. Nada de alcohol.</p> <p><b>MAÑANA:</b> Mezcle botella de 238g de Miralax con 64 oz de líquido (es decir, agua, Gatorade, Crystal Light, jugo de manzana) y guarde en el refrigerador. <b>¡SIN COLORES ROJOS O MORADOS!</b></p> <p><b>MEDIODIA (12:00 PM):</b> Tome una de las tabletas de Dulcolax proporcionadas con agua. Repetirá cada 15 minutos hasta que se tomen las cuatro tabletas.</p> <p><b>2:00PM:</b> Comience a tomar la solución Miralax. Beba una taza de 8 oz cada 15 minutos hasta que las primeras 32 oz se han ido.</p> <p>Si su procedimiento es <b>antes de mediodía</b> <b>7:00PM:</b> Tómese el resto de las 32 oz de la solución de Miralax 8 oz cada 15 min.</p> <p>Si dos horas después de haber tomado Miralax usted todavía no tiene movimientos intestinales líquidos, por favor tómese los extra 119 g de Miralax con 32 oz de líquido. Si aun después de dos horas, no le ha hecho efecto, por favor llame a nuestra oficina 503-221-0161 y pida que llamen al doctor Gastroenterólogo de guardia para las siguientes instrucciones.</p>		<p><b>NO CONSUMA ALIMENTOS SOLIDOS</b> hasta después del procedimiento.</p> <p>Si la hora de su procedimiento está programada hoy a <b>MEDIODIA o más tarde</b>, usted completara su preparación hoy como sigue:</p> <p><b>6am:</b> Tome el resto de las 32 oz de la solución de 8oz de Miralax cada 15 minutos. Si dos horas después de terminar todo el Miralax usted sigue con los movimientos de los intestinos que no son líquidos, por favor llame al centro de cirugía:</p> <p>Alberty Surgical Center- 503-445-9066 Ext. 4623 Downtown Surgical Center- 503-221-2196 Ext. 2196</p> <p><b>PUEDE CONTINUAR TOMANDO LIQUIDOS HASTA 3 HORAS ANTES DE CHECK-IN</b></p> <p>No tome su diurético (píldora de agua). Si usted es diabético, tome solo la mitad de la dosis de su medicina para la diabetes. No alcohol</p> <p style="text-align: right;">(continuación)</p>	
<p><b>BUENO</b> algunos ejemplos son: El pan blanco, puré de manzana, pasta, queso, huevos, arroz blanco, harina de avena cocida, papas.</p>							

## INFORMACION IMPORTANTE:

Si usted toma nitroglicerina, tiene in inhalador para asma o usa una maquina CPAP, por favor tráigalos con usted a su procedimiento.

Debido al sedante que va a tomar, usted necesitara arreglar transporte que lo lleve a casa después del procedimiento, un adulto responsable. Si usted no tiene alguien que lo lleve a casa, el procedimiento será cancelado. Podremos requerirle a la persona que lo va a llevar que se quede en el edificio hasta que le den de alta. Usted puede usar un taxi **solo** si usted está acompañado de un adulto responsable. Usted **no** puede usar transporte público (Max o autobús) bajo **ninguna** circunstancia.

\* Una alternativa aceptable para el transporte público es Metro West / Comfort Car - 503-648-6656. Llame con anticipación para hacer los arreglos. Si es necesario, se le enviara una factura para que pague más adelante. No está permitido manejar hasta el día después de su procedimiento.

**POR FAVOR TOME NOTA: SI USTED NO SE PRESENTA Y/O CANCELA/REPROGRAMA SU PROCEDIMIENTO EN MENOS DE TRES DIAS LABORALES, SE LE HARA UN COBRO DE \$200.00**

## CONSEJOS DE PREPARACION DE COLONOSCOPIA:

Para reducir las molestias, compre una caja de toallitas húmedas como Freshmates Charmin ® para usar en lugar de papel higiénico.

Para sacar el trabajo de adivinar de como mezclar su Miralax, busque por un líquido aceptable que viene en una botella de 32oz. Combine dos botellas de 32oz de líquido y la botella de Miralax en una jarra grande, mezcle bien y refrigere.

Usted puede sentir frío, calambres, hinchazón o náuseas debido al volumen de líquido. Esto debería mejorar cuando empieza a tener movimientos intestinales. Si usted se siente muy enfermo, deje de tomar por una hora y deje que las cosas se muevan hacia abajo.

Mantenga bastantes líquidos claros a la mano, preferiblemente líquidos con electrolitos. ¡Manténgase hidratado!

## DIETA DE LIQUIDOS CLAROS:

¿Qué es un líquido claro? Una buena regla es cualquiera que se pueda ver a través de, **EXCEPTO CUALQUIERA QUE TENGA ROJO O MORADO**. Por ejemplo, el jugo de manzana es claro pero la leche no lo es. Si tiene alguna pregunta acerca de esto, por favor pregúntele a la oficina de su doctor.

El propósito de los líquidos claros: Una dieta de líquidos claros mantiene fluidos, sales y minerales vitales y también da energía cuando el consumo de comida normal es interrumpido. Líquidos claros son absorbidos fácilmente por el cuerpo. Reducen la estimulación del aparato digestivo y no deja residuo en el conducto intestinal. Comidas rojas y moradas tiñen el conducto gastrointestinal y el doctor no puede tener una visión clara.

ACEPTABLE		INACEPTABLE	
Caldo	Bebidas Deportivas	Leche	CUALQUIER comida o
Gelatina	Aguan con Vitaminas	Crema	bebida con color rojo o
Paletas de Helado	Café Simple	Productos Lácteos	morado
Soda	Te Simple	Líquidos lácteos a base de	ALCOHOL
Jugo de Manzana	Caramelos Duros	soya/nuez	
Jugo de uva BLANCO	Helado de Fruta sin Pulpa	Proteína en polvo	
Jugo de Arándano	Ensure CLARO	Jugo con Pulpa	
(Cranberry) BLANCO			

**Llame la oficina del doctor si necesita ayuda o tiene problemas o si no entiende estas instrucciones de preparación:**

**Oficina de Downtown: 503-221-0161, ext. 2130**

**Tigard Medical Office: 503-293-0161, ext. 4053**

**Downtown Day Surgery: 503-221-0161, ext. 2196**

**Alberty Surgical Center: 503-445-9066, ext. 4623**