

## تنظيف القولون وتناول محلول تفرغ الأمعاء

### التنظيف الصباحي (صباحاً)

سوف تحتاج إلى شراء المواد من الصيدلية : ٢ أكياس من **Picoprep (15.5 غ الواحد)** أو **Picosalax (16.1 غ الواحد)** و كيس واحد من **Colonytely (70 غ )**. يرجى تجاهل التعليمات الموجودة على العلبة وإتباع التعليمات التالية.

من الضروري جداً إفراغ الأمعاء من البراز لضمان تمكن الطبيب من رؤية القولون بشكل واضح . إذا كان القولون غير نظيف فقد يلزم وقف التنظيف أو إعادته . يرجى الإلتزام بهذه التعليمات.

<p><b>قبل سبعة أيام</b> التوقف عن تناول عقاقير الإسهال وأقراص الحديد</p>
<p><b>قبل يومين</b> إتباع نظام غذائي قليل الألياف ( انظر صفحة ٢ )</p>
<p><b>اليوم السابق للتنظيف</b> وجبة الفطور والغداء: نظام غذائي قليل الألياف إمزج كل كيس من مسحوق Colonytely مع ليتر واحد من الماء وضعه في الثلاجة. <b>الواحدة ظهراً</b> : سوائل شفافة فقط ابتداءً من الآن <b>الخامسة ظهراً</b> : إمزج كيس واحد من Picoprep مع ٢٥٠ مل من الماء وإشربه. إستمر في شرب السوائل الشفافة. <b>السابعة مساءً</b> :إشرب ليتر واحد من Colonytely . إستمر في شرب السوائل الشفافة.</p>
<p><b>يوم التنظيف</b> <b>الخامسة صباحاً</b> : إمزج كيس واحد من PicoPrep مع ٢٥٠ مل من الماء وإشربه . ( هذا الوقت مبكر ولكن مهم جداً ! ) <b>السادسة صباحاً</b> : أنت صائم الآن ( يمكنك تناول أدويةك الصباحية مع رشفة من الماء ؛ لا تتناول أقراص السكري). لا تأكل. لا تمضغ علكة . لا تتناول المصصات المجمدة أو تشرب أي مشروب.</p>

إذا لديك أي أسئلة ، نرجو منك زيارة الموقع أدناه :

أو الإتصال بمكتبنا <https://monashhealth.org/services/gastroenterology/patients/endoscopy/> على 1800 786 188.

	<p>يشمل النظام الغذائي القليل الألياف :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- خبز أبيض، أرز أبيض، باستا، نودلز -</li> <li>- بيض (غير مقلي) ، جبنة -</li> <li>- خضروات مطبوخة جيداً ( من دون قشور) -</li> <li>- دجاج ، سمك -</li> <li>- سيريبال رقائق حبوب -</li> <li>- بسكويت -</li> </ul> <p>خالي من الحبوب ، البذور ، المكسرات، اللحمية الحمراء، الفواكه، الخبز الأسمر وسيريبال رقائق الحبوب السمراء، الذرة، الكرفس والجزر</p>
	<p>تتضمن السوائل الشفافة:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ماء -</li> <li>- مشروب الكورديول -</li> <li>- قهوة أو شاي (من دون حليب) -</li> <li>- عصير فاكهة شفاف ( من دون لب ) -</li> <li>- مشروب غازي -</li> <li>- حساء شفاف -</li> </ul> <p>خالية من السوائل الحمراء أو الأرجوانية أو الحليب</p>
	<p>نصيحة:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اشرب سوائل صافية قدر الإمكان لتجنب الإصابة بالجفاف -</li> <li>(حاول أن تشرب 3-6 أكواب من الماء عند تناول المحلول )</li> <li>- سيسبب لك المحلول الإسهال لذلك يرجى البقاء بالقرب من المراض.</li> <li>- تناول جميع أكياس المحلول! -</li> </ul>