

## Instruções de colonoscopia (Miralax)

Leia essas instruções pelo menos uma semana antes do seu procedimento.

Essas instruções são sensíveis ao tempo.

No dia do seu procedimento, traga o seu cartão do plano, identidade com foto e uma lista de TODOS os medicamentos com dosagens.

Devido a emergências inesperadas, o seu horário de chegada no procedimento não pode ser garantido. Um membro da equipe entrara em contato com você um dia antes do seu procedimento para confirmar o seu horário de chegada.

Você precisa que um adulto leve você para casa de carro depois de receber sedação; UBER/LIFT/TAXI **NÃO** são permitidos. Se você não tiver um motorista responsável (familiar/amigo) para levar você para casa, seu procedimento será cancelado.

### **Importante**

- Não pare de tomar **Aspirina** antes do seu procedimento, a menos que for instruído.
- Diluentes de sangue como **Coumadin (Warfarina)**, **Plavix (Clopidogrel)**, **Eliquis (Apixaban)**, **Pradaxa (Dabigatran)**, **Ticlid (Ticlopidine)**, **Lovenox (Enoxaprin)**, **Heparina**, **Xarelto (Rivaroxban)** precisarão ser ajustados antes do seu procedimento. Verifique com seu fornecedor que pede esses medicamentos as instruções específicas.
- **Se você tiver diabetes:** Entre em contato com o provedor de saúde que prescreve ou principal em relação a ajuste dos medicamentos orais e injetáveis para diabetes antes do seu procedimento.
- Se você tomar medicamentos para **pressão alta, dor, anti-ansiedade** e/ou **tireoide**, tome sua dose matinal com um gole d'água na manhã do seu procedimento, pelo menos 2 antes do seu procedimento.

### **Compra na farmácia:**

- 4 comprimidos de Dulcolax (Biascodyl) 5mg
- (1) Garrafa de 238 g de MiraLAX (poietilenoglicol)
- 1800 g de Gatorade, Propel, Água Vitaminada, Pedialyte ou líquido claro de sua preferência.

**Se você tiver diabetes**, pode substituir por Crystal Light, G2 ou Gatorade/Powerade Zero

**\*\* Evite líquidos vermelhos \*\***

### **5 dias antes da colonoscopia**

- Pare de tomar suplementos com fibra e produtos contendo ferro, inclusive multivitaminas.
- Comece uma **dieta baixa em resíduos**: Alimentos baixos em resíduos incluem arroz branco, pão branco, fruta cozida e vegetais, Rice Krispy's, leite, queijo, frango, bife, macarrão branco, peixe, ovos e tofu.
- **Evite alimentos com muitas fibras** como pipoca, feijão, sementes, milho, cebola, pão multigrãos e nozes. Limite sua ingestão de salada/vegetais e frutas frescas/secas.

### **Dia antes da colonoscopia**

- Comece com uma **dieta de líquidos claros**. Líquidos claros são aqueles que você pode "ver através deles" (por exemplo: suco de maçã, suco de arando branco, caldo claro, café/chá sem leite ou creme, picolés, geleia, cerveja de gengibre).
- Não beba laticínios ou líquidos que sejam vermelhos.
- Nada de álcool ou drogas recreacionais no dia antes do procedimento.
- **Às 15:00** tome 4 comprimidos de Dulcolax.
- **Às 17:00** misture 238 gramas de Miralax em 1800 g de Gatorade, ou líquido claro de preferência. Agite bem até dissolver o pó de Miralax. Beba 226 g da mistura a cada 15 a 20 minutos até ter completado 900 g da solução.
- **IMPORTANTE: Se você sentir sintomas relacionados ao preparo (inchado, náusea ou câibra), pare ou diminua o ritmo da bebida até os sintomas diminuírem.**
- Você pode continuar a beber líquidos até a meia-noite.

### **Dia da colonoscopia**

- Beba 900 g da mistura de Miralax como orientado acima. Isso deve ser feito em até 4 horas antes do seu procedimento.
- Se você tomar algum medicamento, deve tomá-lo com um pequeno gole d'água pelo menos 2 horas antes do seu procedimento.
- Nada de chiclete ou bala de menta/bombons duros.