VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Patientinformation

Inför din koloskopi

Du har fått en tid för koloskopi. Det är en endoskopisk undersökning av tjocktarmen.

Koloskopi innebär att en mjuk, smal slang utrustad med en kamera förs in genom ändtarmen och vidare in i tarmen. Med hjälp av koloskopet kan man undersöka, ta bilder och prover från tarmen.

Före undersökningen behöver du göra en del förberedelser. Du kommer att behöva följa kostråd och laxera dig. Du som använder vissa läkemedel kan behöva göra justeringar i hur du tar dem veckan innan undersökningen.

Var god läs igenom hela informationen minst en vecka innan undersökningen så att du kommer väl förberedd till mottagningen.

Det är viktigt att du startar förberedelserna en vecka innan undersökningen.

Tänk på att du kan få läkemedel som gör att du **inte ska köra bil eller andra fordon** efter undersökningen.

Innehåll

Inför din koloskopi 1

Förberedelser 2

Laxeringsanvisningar 3

Koloskopi 6

Så går en koloskopi till 6

Så mår du efteråt 7

Kontakt 8

Förberedelser

En vecka innan undersökningen ska du börja förbereda dig. Först ska du äta fiberfattig kost i fem dagar. Ett par dagar innan undersökningen kommer du att ta laxerande tabletter och dricka laxerande medel. Det är för att tarmen måste vara helt ren på undersökningsdagen. Om du tar läkemedel är det viktigt att kontrollera om de läkemedel du använder finns med i listan nedan.

Du som använder läkemedel

De flesta läkemedel kan du ta som vanligt. Men, om du har till exempel diabetes eller använder blodförtunnande läkemedel, kan du behöva justera din medicinering före undersökningen.

Blodförtunnande läkemedel		**Det här behöver du göra**
Läkemedelsnamn Clopidogrel, Plavix Prasugrel, Efient Brilique Pradaxa, Dabigatran Rivaroxaban, Xarelto Eliquis Lixiana Trombyl	**Substans** Klopidogrel Prasugrel Tikagrelor Dabigatranetexilat Rivaroxaban Apixaban Edoxaban Acetylsalicylsyra	Vänligen kontakta oss på endoskopimottagningen så snart som möjligt om du använder något av följande läkemedel, om det inte tydligt framgår av din kallelse hur du ska hantera medicineringen. Du som tar Trombyl kan fortsätta ta den som vanligt.

Waran (Warfarin)	**Det här behöver du göra**
Du som behandlas med **Waran** (Warfarin)	**Ring till AK-mottagningen** en vecka före undersökningen. Du behöver ta ett **PK-prov** på undersökningsdagen. **Ring laboratoriemedicin** i god tid och boka en tid för provtagning.
Läkemedel	**Det här behöver du göra**
Insulin- eller tablettbehandling vid diabetes	Kontakta ditt diabetesteam i god tid innan undersökningen och rådfråga om du behöver göra justeringar av dina läkemedel.
Tillskott av järntabletter	Du som har behandling med järntillskott ska göra uppehåll med det en vecka innan undersökningen.
Bulkmedel, till exempel Lunelax och Inolaxol	Gör uppehåll med bulkmedel tre (3) dagar innan undersökningen.
Övriga läkemedel, till exempel blodtrycksmediciner	Du kan fortsätta ta dina läkemedel som du brukar.

Du som har en **pacemaker eller en implanterad defibrilator (ICD)**, ska ringa till oss på Endoskopimottagningen och meddela det.

- Telefonnummer hittar du på sista sidan.

Laxeringsanvisningar

Läs igenom hela informationen noga innan du påbörjar förberedelserna. Det är viktigt att du följer våra instruktioner här noggrant. En ren tarm är en förutsättning för en lyckad undersökning.

Du behöver **Toilax 5 mg** + **Plenvu** som finns receptfritt på apotek. För att få läkemedlen kostnadsfritt, kan du gå till någon av nedanstående apotekskedjor och visa upp din kallelse samt denna information:

- Apoteket AB: Faktureras kundnummer **53713191**
- Kronans Apotek: Faktureras kundnummer **KR106345**
- Apotek Hjärtat: Faktureras kundnummer **5008958**
- Doz Apotek: Faktureras kundnummer **1002111**

Till apoteket: Laxerande läkemedel enligt patientens kallelse är gratis för kund vid detta tillfälle och faktureras enligt respektive kundnummer ovan. Referens att ange vid expeditionen är patientens födelsedatum.

Här följer en sammanställning av hur du ska äta och dricka innan undersökningen. Nedanför finns detaljerad information om hur laxeringen går till.

Antal dagar innan koloskopin	Det här ska du göra
7 dagar innan **6 dagar innan** **5 dagar innan** **4 dagar innan** **3 dagar innan**	Ät mat som inte innehåller fullkorn, frön, kärnor och skal. Drick gärna mycket valfri dryck.
2 dagar innan	Du får bara äta flytande kost utan bitar. Valfria drycker utan fruktkött. • Klockan 10:00: Ta 2 tabletter Toilax • Klockan 20:00: Ta 2 tabletter Toilax
1 dag innan	Drick bara klara drycker • Klockan 18:00: Börja dricka dos 1 av Plenvu
Undersökningsdagen	Drick bara klara drycker. Du får dricka klara drycker ända fram till undersökningen. • Börja dricka dos 2 av Plenvu senast fyra timmar innan du åker hemifrån.



Drick gärna mycket dagarna före undersökningen och under laxeringen, helst inte bara vatten. Det behövs både lite sött och salt för att hålla vätske- och sockerbalansen på en bra nivå. Du kan också ta druvsockertabletter.

En vecka innan undersökningen

Du ska nu äta fiberfattig kost under fem dagar.

Tips på mat med lite fibrer
Frukost

- Fil, yoghurt, kvarg. Välj en slät variant utan fruktkött och kärnor
- Risgrynsgröt, mannagrynsgröt, havregrynsgröt (ej fiberhavregryn)
- Äpple, päron, banan, nektarin, persika, avokado – de ska vara skalade och utan kärnor
- Äppelmos
- Ägg, omelett, pannkaka
- Keso
- Vitt/ljust bröd, till exempel formfranska, tunnbröd, salta kex, smörgåsrån
- Pålägg: Ost, mjukost, skinka, kalkon, salami, leverpastej, kaviar

Lunch/middag

- Fisk, fiskbullar, tonfisk, skaldjur
- Kött, köttfärs, köttbullar
- Kyckling, kalkon
- Korv, kokt, stekt eller ugnsbakad
- Quorn, tofu, oumph
- Potatis utan skal, pasta, ris, couscous, bulgur (ej fullkorn)
- Släta/passerade/mjuka soppor (typ Kelda), fisksoppa
- Rotsaker (kokade och mjuka)

Övrigt

- Glass, vetebröd, kakor, chips, ostbågar, godis och choklad utan nötter

Du ska <u>inte</u> äta det här

- Fiberrik mat, till exempel fullkornsprodukter, grovt bröd, müsli, linfrö, chiafrö
- Citrusfrukter, hallon, lingon, blåbär, vindruvor, melon med kärnor, kiwi, ananas
- Grönsaker eller frukter med grovt skal eller kärnor, till exempel tomat, paprika, bönor, oliver, majs
- Nötter, quinoa, sparris

Två dagar innan undersökningen

I dag ska du inte äta någon fast föda. Du får endast äta flytande kost utan bitar i. Du kan dricka valfri dryck. Du ska också ta Toilaxtabletter två gånger under dagen.

Tips på flytande kost

- Släta soppor, mjölk, fil, yoghurt, kvarg
- Juice utan fruktkött, provivadrycker, saftsoppor, nyponsoppa
- Släta fruktkrämer, glass utan bitar
- Smoothies, mjölkbaserade näringsdrycker, proteindrycker

Laxeringen startar med tablett Toilax

- Klockan 10:00 ska du ta 2 tabletter Toilax à 5 mg
- Klockan 20:00 ska du ta 2 tabletter Toilax à 5 mg

Tabletterna hjälper till att ”få i gång” magen. Verkningstiden varierar, oftast mellan 6–10 timmar.

Dagen innan undersökningen

I dag ska du inte äta något alls. Du får bara dricka klara drycker som är genomskinliga/vattniga. Det är viktigt att du dricker mycket dagen innan koloskopin.

Klara drycker

- Vatten, buljong utan bitar, äppeljuice, juice utan fruktkött, saft
- kaffe och te utan mjölk
- läskedryck, lättöl, honungsvatten, vätskeersättning (Resorb), klara näringsdrycker.



Drick gärna varma drycker med socker eller honung i så att du inte blir frusen och får huvudvärk.

Laxering med Plenvu dos 1

I dag ska du börja med den laxerande vätskan Plenvu. Följ tiderna noga enligt våra instruktioner nedan.

- Blanda dos 1 av Plenvu enligt instruktionerna på förpackningen. Du kan kyla vätskan om du vill.
- Börja dricka Plenvu klockan 18:00.
- Drick vätskan med Plenvu långsamt under 45–60 min. Drick vartannat glas med valfri klar dryck och vartannat glas med Plenvu.

När du har druckit Plenvu kommer du att få en vattnig diarré så att tarmen töms ordentligt. Du behöver därför vara i närheten av en toalett. Du kan lägga på en skyddande kräm eller fet salva runt analöppningen för att skydda huden innan diarrén börjar.

- Drick inte Plenvu fortare än vad som står i anvisningen. Du kan lätt bli illamående om du dricker medlet fortare än angiven tid.
- Fortsätt att dricka klara drycker under hela kvällen. Det hjälper till att skölja rent i tarmen. Att röra på sig främjar tarmmotoriken.

På undersökningsdagen

Du ska inte äta något före undersökningen. Det är bra om du dricker klara drycker.

Laxering med Plenvu dos 2

- Blanda påse A+B av Plenvu enligt instruktionerna på förpackningen. Du kan kyla vätskan om du vill.
- Börja dricka Plenvu dos 2 senast fyra timmar innan du åker hemifrån. Det kan innebära att du behöver gå upp på natten för att hinna få i dig medlet och sedan även tömma tarmen innan resan hit.
- Drick långsamt under 45–60 min, vartannat glas valfri klar dryck och vartannat glas Plenvu.
- Fortsätt gärna att dricka klara drycker fram till undersökningen.

Om du får avslappnande eller smärtlindrande medicin i samband med undersökningen ska du **inte köra bil eller andra fordon under resten av dagen.**

Koloskopi

Med koloskopi kan man utreda besvär som till exempel blodbrist, diarré, förändrade avföringsvanor eller blod i avföringen. Med en koloskopi kan man hitta orsaker till symtomen. Det kan vara inflammation, tarmfickor, polyper och tumörer.

Det här kan man göra med koloskopi

Först och främst tittar man på hur tarmen ser ut. Om det behövs kan man ta vävnadsprover från tarmens slemhinna för mikroskopisk undersökning. Det går också att göra mindre kirurgiska ingrepp via slangen, exempelvis att ta bort polyper. Ingreppen i tarmen brukar inte göra ont eftersom man inte har smärtnerver i tarmens slemhinna.

Så går en koloskopi till

Det är en läkare eller en sjuksköterska som gör koloskopin. Det brukar även vara med en eller två personer som hjälper till, exempelvis för att ta prover eller ge läkemedel.

Du får byta kläder till en skjorta och ett par byxor som tillåter tillgång till ändtarmen men som täcker underlivet.

Innan undersökningen får du en venkateter. I den kan man ge avslappnande och smärtstillande medel om du behöver det. Det är viktigt att du berättar om något känns obehagligt eller gör ont under undersökningen.

Koloskopet förs in

När undersökningen börjar ligger du på vänster sida på en brits. Under undersökningen kan du behöva ändra ställning.

Koloskopet är en böjlig slang som är ungefär en och halv meter lång och en centimeter i diameter. Det förs in genom ändtarmsöppningen och vidare in i tarmen. Koloskopet har en kamera och bilden från kameran överförs till en TV-skärm så att tarmens insida kan inspekteras noggrant. Du kan titta på skärmen och se hela undersökningen.

Så känns koloskopi

Just när koloskopet förs in i ändtarmen kan det kännas obehagligt. Det kan också kännas obehagligt när koloskopet förs fram i tarmen, det beror på att tarmen sträcks ut. Säg till personalen om det gör ont. Du får då smärtstillande läkemedel. Läkemedlet börjar verka direkt.

En koloskopi tar mellan 15 och 60 minuter. Det kan vara svårt att i förväg veta hur lång tid en undersökning tar. Du kan behöva vänta på din tur. Vår ambition är att ingen undersökning ska påbörjas mer än en timme efter angiven tid.

Så mår du efteråt

De flesta kan gå hem direkt efter undersökningen. Om du har fått mycket lugnande och smärtstillande läkemedel kan du behöva vila en stund innan du går hem. Buken kan kännas spänd av gaser en stund efter koloskopin. Besvären brukar försvinna inom några timmar. Du kan behöva ta det lite lugnare än du brukar resten av dagen. Det beror på hur du mår.

Du kan äta och dricka som vanligt efter undersökningen.

Om du har fått lugnande eller avslappnande medel ska du **inte köra bil eller andra fordon samma dag som du har gjort undersökningen. Din reaktionsförmåga kan vara nedsatt, även om du känner dig pigg.**

Komplikationer

Koloskopi är en mycket säker metod med liten risk för komplikationer. Risken för komplikationer ökar något när vissa ingrepp görs, till exempel borttagning av större polyper. Risken för komplikationer ökar med stigande ålder. I sällsynta fall kan man skada tarmens vägg alternativt att det uppstår en större blödning. I de flesta fall kan man lösa det under koloskopin. Det är väldigt ovanligt att man behöver göra ett större kirurgiskt ingrepp.

Du ska söka vård om

- Du får ihållande buksmärtor (starkare än vanligt magknip) som inte släpper.
- Du upplever tilltagande blödningar från ändtarmen.
- Du får feber av oklar orsak.

När får jag svar?

Ofta kommer vi fram till en diagnos i samband med koloskopin och kan sätta i gång med vidare behandling eller ytterligare utredningar direkt. Om vi tar vävnadsprover för mikroskopisk undersökning kan det ta upp till två månader innan du får svar på proverna. Vi informerar dig när vi får svaret. Den läkare som remitterade dig kommer också att få en kopia av resultatet.

Vid upptäckt av cancer sätter vi i gång en utredning med speciella röntgenundersökningar. Vi kommer även att kontakta tarmkirurgerna direkt så att de kan planera för ett snabbt omhändertagande av dig.

Kontakt

Endoskopimottagningen, NÄL

Telefon:	010-435 35 80
Telefontider:	måndag-torsdag 08:00-11:00
	fredag 08:00-10:00
eller logga in på	www.1177.se

AK-mottagningen, NÄL

Telefon:	010-435 48 30
Telefontider:	måndag-torsdag 09:00-10:00 och 14:00-15:00
	fredag 09:00-10:00

Laboratoriemedicin, NU-sjukvården

Telefon:	010-435 27 01
Telefontider:	måndag-onsdag 10:30-14:30
	torsdag-fredag 10:30-13:45
	lunchstängt 12:00-13:00