VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Patientinformation

Inför din sigmoideoskopi

Förberedelser med Klyx-lavemang

Vid en sigmoideoskopi undersöks nedre delen av tjocktarmen, den så kallade sigmoideum. Undersökningen görs med ett koloskop, en mjuk böjlig slang försedd med en kamera, som förs in genom ändtarmsöppningen. 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 sigmoideoskopi 1

Förberedelser 2

Laxeringsanvisningar 3

Sigmoideoskopi 5

Så mår du efteråt 6

Komplikationer 6

Kontakt 7

Förberedelser

En vecka innan undersökningen ska du börja förbereda dig. Du ska äta fiberfattig kost en vecka innan undersökningen. Dagen innan undersökningen samt på undersökningsdagen ska du ta lavemang. Det är för att sista delen av tarmen ska bli ren inför undersökningen.

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 köpa följande läkemedel:

- 2 stycken Klyx-lavemang à 240 ml.



Läkemedlet kan du köpa receptfritt på valfritt apotek.

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 sigmoideoskopin	Det här ska du göra
7 dagar innan **6 dagar innan** **5 dagar innan** **4 dagar innan** **3 dagar innan** **2 dagar innan**	Ät mat som inte innehåller fullkorn, frön, kärnor och skal. Drick gärna mycket valfri dryck.
1 dag innan	Fortsätt att äta mat med mindre fiberinnehåll. Drick mycket klara drycker (genomskinliga/vattniga). • Klockan 19:00 ska du ta ett Klyxlavemang.
Undersökningsdagen	Ät en lätt frukost på morgonen, och eventuellt en lätt lunch om undersökningen är på eftermiddagen. Drick mycket klara drycker. • Senast en timme innan du åker hemifrån tas andra Klyx-lavemanget.

På sida 4-5 finns mer utförlig instruktion om förberedelserna.

En vecka innan undersökningen

Du ska nu börja äta fiberfattig kost. Tips på mat med lite fibrer:

Frukost

- Fil, yoghurt, kvarg. Välj en slät variant utan fruktkött och kärnor
- Risgrynsgröt, mannagrynsgröt, havregrynsgröt (ej fiberhavregryn)
- Skalad frukt utan kärnor, till exempel äpple, päron, banan, nektarin, persika, avokado
- 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 inte 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

Dagen innan undersökningen

Fortsätt äta mat med mindre fiberinnehåll. Drick mycket klara drycker (genomskinliga /vattniga). Det är bra att du dricker mycket dagen innan undersökningen.

Tips på klara drycker

- Vatten, buljong utan bitar, äppeljuice, juice utan fruktkött, saft
- Kaffe och te utan mjölk
- Läskedryck, lättöl, honungsvatten, vätskeersättning (Resorb), klar näringsdryck

- **Klockan 19:00 ska du ta ett Klyx-lavemang**, enligt instruktionerna i förpackningen. Försök att hålla lavemanget 10–15 minuter innan du går på toaletten.

Observera! Om du får kraftiga smärtor eller känner motstånd vid införandet av Klyx-pipen, avbryt försöket och hör av dig till oss på endoskopimottagningen på undersökningsdagens morgon.

På undersökningsdagen

Ät en lätt frukost på morgonen, och eventuellt en lätt lunch om undersökningen är på eftermiddagen.

- **Senast en timme innan du åker hemifrån tas andra Klyx-lavemanget**. Försök att hålla lavemanget 10–15 minuter innan du går på toaletten.

Fortsätt gärna att dricka klara drycker fram till undersökningen.

Sigmoideoskopi

Undersökningen genomförs med hjälp av ett koloskop, en böjlig slang med kamera, som skopisten för in via ändtarmen. Med denna teknik kan skopisten på en bildskärm se och undersöka nedre delen av tjocktarmen.

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.

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

Så går en sigmoideoskopi till

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

Innan undersökningen kan du få en venkateter. I den kan vi ge avslappnande och smärtstillande medel om du behöver det.

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

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. Det är viktigt att du berättar om något känns obehagligt eller gör ont under undersökningen. Ibland räcker det att man ändrar läge. Om du har fått en infart i armen kan du få smärtstillande läkemedel.

En sigmoideoskopi tar mellan 5 och 30 minuter. Det kan vara svårt att i förväg veta hur lång tid en undersökning tar. Det beror på vad som ska göras vid undersökningen.

Så mår du efteråt

De flesta kan gå hem direkt efter undersökningen. Om du har fått lugnande och smärtstillande läkemedel kan du behöva vila en stund innan du går hem. Buken kan kännas spänd av gaser efter skopin. 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

Sigmoideoskopi är en 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 även 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 skopin. 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?

Om vi kommer fram till en diagnos i samband med skopin kan vi 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