VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Patientinformation

Inför din sigmoideoskopi

Förberedelser med Toilax och Plenvu

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 6

Så går en sigmoideoskopi till 6

Så mår du efteråt 6

Komplikationer 7

Kontakt 7

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 någo 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.

På sidan 4–5 finns mer 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**	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. • 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)
- 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

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 igång magen”. Verkningstiden varierar, oftast är den 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 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



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.
- Klockan 18:00 ska du börja dricka Plenvu.
- 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.
- Fyra timmar innan du åker hemifrån ska du börja dricka Plenvu. 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.

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.

Så går en sigmoideoskopi till

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.

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