

## قبل تنظير القولون

لقد حصلتَ على موعد لإجراء تنظير القولون. وهو تنظير داخلي للمعي الغليظ.

يعني تنظير القولون إدخال خرطوم رفيع ومرن مزود بكاميرا عن طريق المستقيم إلى الأمعاء. ويمكن، بواسطة منظار القولون، فحص الأمعاء والتقاط الصور وأخذ عينات منها.

تحتاج قبل الفحص إلى القيام ببعض التحضيرات. وسوف تحتاج إلى اتباع نصائح غذائية وتفريغ الأمعاء باستخدام مادة ملينة. وإذا كنت تستخدم بعض الأدوية، فقد تحتاج إلى تعديل طريقة تناولها خلال الأسبوع الذي يسبق الفحص.

يرجى قراءة جميع المعلومات قبل موعد الفحص بأسبوع على الأقل لكي تكون مستعداً استعداداً

جيداً عند حضورك إلى العيادة.

من المهم أن تبدأ التحضيرات قبل أسبوع من الفحص.



ضع في اعتبارك أنك قد تتلقى أدوية تجعلك غير قادر على قيادة السيارة أو أي مركبة أخرى بعد الفحص.



## المحتوى

2..... قبل تنظير القولون

3..... التحضيرات

4..... تعليمات استخدام المُلينات

7..... تنظير القولون

7..... كيفية إجراء تنظير القولون

8..... كيف ستشعر بعد الفحص؟

9..... للاتصال بنا

## التحضيرات

يجب أن تبدأ التحضيرات قبل أسبوع من الفحص. في البداية يجب عليك اتباع نظام غذائي فقير بالألياف لمدة خمسة أيام. وسوف تتناول أقراص مُلَيَّنة وتشرب محلولاً مُلَيَّناً وقبل الفحص بيومين، وذلك لضمان أن تكون الأمعاء نظيفة تماماً في يوم الفحص. إذا كنت تتناول أدوية، فمن المهم التحقق مما إذا كانت مدرجة في القائمة أدناه.

### إذا كنت تتناول أدوية

يمكنك تناول معظم الأدوية كالمعتاد. ولكن إذا كنت مصاباً بمرض السكري مثلاً أو تتناول أدوية مميعة للدم، فقد تحتاج إلى تعديل جرعاتك قبل الفحص.

الأدوية المميعة للدم	ما تحتاج أن تفعله
<p>اسم الدواء</p> <p>كلوبيدوجريل/Clopidogrel، بلافكس/Plavix، براسوجريل/Prasugrel، إفيينت/EFient، بريليك/Brilique، براداكسا/Pradaxa، دايبغاتران/Dabigatran، ريفاروكسابان/Rivaroxaban، زاريلتو/Xarelto، إليكويس/Elquis، ليكسيانا/Lixiana، ترومبيل/Tromblyl</p>	<p>المادة</p> <p>كلوبيدوجريل/Klopidogrel، براسوجريل/Prasugrel، تيكاجريلور/Tikagrelor، دايبغاتران، إتيكسيلات/Dabigatranetexilat، ريفاروكسابان/Rivaroxaban، أبيكسابان/Apixaban، إدوكسابان/Edoxaban، حمض ساليسيلات، الأسيتيل/Acetylsalicylsyra</p> <p>يرجى الاتصال بنا في عيادة التنظير الداخلي في أقرب وقت ممكن إذا كنت تتناول أيّاً من الأدوية التالية، ما لم يُذكر في استدعائك بوضوح كيفية التعامل مع أدويةك.</p> <p>إذا كنت تتناول ترومبيل/Tromblyl فيمكن الاستمرار في تناوله كالمعتاد.</p>
فاران/ (فارفارين/ Warfarin)	ما تحتاج أن تفعله
<p>إذا كنت تتناول فاران/ Warfarin (فارفارين/ Warfarin)</p>	<p>اتصل بعيادة منع التخثر (AK-mottagning) قبل أسبوع من موعد الفحص. تحتاج إلى إجراء تحليل تخثر الدم/ PK في يوم الفحص. اتصل بمعهد الطب المخبري (Laboratoriemedicin) في وقت مبكر واحجز موعداً لأخذ عيّنات للتحليل.</p>
الأدوية	ما تحتاج أن تفعله
<p>علاج السكري بالإنسولين أو الأقراص</p>	<p>تواصل مع فريق رعاية مرضى السكري الذي تتبع له قبل الفحص بوقت كافٍ واستشرهم بشأن ما إذا كنت بحاجة إلى تعديل أدويةك.</p>
<p>متمّمات أقراص الحديد</p>	<p>إذا كنت تتناول متمّمات الحديد، فيجب التوقف عن استخدامها قبل أسبوع من الفحص.</p>
<p>المُليّنات الكتلية، مثل لونيلاكس/Lunelax و إينالوكسول/Inolaxol</p>	<p>يجب التوقف عن تناول المُليّنات الكتلية قبل ثلاثة (3) أيام من الفحص.</p>
<p>الأدوية الأخرى، مثل أدوية ضغط الدم</p>	<p>يمكنك الاستمرار في تناول أدويةك كالمعتاد.</p>

إذا كانت لديك ناظمة قلبية (pacemaker) أو جهاز مزروع لإزالة الرجفان (ICD)، فيجب عليك الاتصال بنا في عيادة التنظير الداخلي وإبلاغنا بذلك.

- تجد رقم الهاتف في الصفحة الأخيرة.

## تعليمات استخدام المُلَيِّنَات

يرجى قراءة جميع المعلومات بعناية قبل بدء التحضيرات. ومن المهم أن تتبع تعليماتنا هنا بدقة. يُعتبر تنظيف الأمعاء شرطاً أساسياً لنجاح الفحص.

تحتاج إلى شراء الأدوية التالية:

- المُلَيِّن بلينفو/Plenvu
- الأقراص المليئة تويلاكس/Toilax، 5 ملغ. تحتاج إلى 4 أقراص.



يمكنك شراء هذين الدواءين من أي صيدلية تختارها.

وكلاهما مُتاح بدون وصفة طبية.

فيما يلي ملخص لكيفية تناول الطعام والشراب قبل الفحص، وتجد أدناه معلومات مفصلة عن كيفية استخدام المليينات.

عدد الأيام المتبقية حتى موعد تنظير القولون:	ما يجب أن تفعله
7 أيام قبل التنظير 6 أيام قبل التنظير 5 أيام قبل التنظير 4 أيام قبل التنظير 3 أيام قبل التنظير	تناول أطعمة لا تحتوي على حبوب كاملة أو بذور أو نوى أو قشور. يُفضَّل شرب كميات وفيرة من أي مشروب تختاره.
يومان قبل التنظير	يُسمح لك بتناول أطعمة سائلة فقط بدون أن تحتوي على أي قطع. يمكنك شرب أي مشروب خالي من لبّ الفاكهة. • الساعة 10:00: تناول قرصين من تويلاكس/Toilax • الساعة 20:00: تناول قرصين من تويلاكس/Toilax استخدم الأقراص فقط، ولا حاجة لاستخدام الأنبوب الموجود في العبوة.
قبل يوم واحد	اشرب المشروبات النقيّة فقط • الساعة 18:00 ابدأ بتناول الجرعة 1 من بلينفو/Plenvu
يوم الفحص	اشرب المشروبات النقيّة فقط • ابدأ بشرب الجرعة 2 من بلينفو قبل مغادرتك المنزل بأربع ساعات على الأقل.



من الأفضل شرب الكثير من السوائل في الأيام التي تسبق الفحص وخلال استخدام المليينات، وليس الماء فقط. ويحتاج الجسم إلى القليل من السكر والملح للحفاظ على توازن السوائل ومستوى السكر في الدم. يمكنك أيضاً تناول أقراص الجلوكوز (سكر العنب).

## قبل الفحص بأسبوع

يجب أن تتبع نظاماً غذائياً قليل الألياف لمدة خمسة أيام.

### نصائح بأطعمة قليلة الألياف

#### وجبة الفطور

- لبن خائر، لبن زبادي، خثارة اللين (كفاري). اختر الأنواع الصافية بدون لبّ الفاكهة أو البذور
- عصيدة الرز، عصيدة السميد، عصيدة جريش الشوفان (بدون حبوب كاملة)
- تفاح، إجاص، موز، رحيقاني، دزاق، أفوكادو – يجب تقشيرها وإزالة البذور منها
- مهروس التفاح
- بيض، عجة (أومليت)، فطائر (بان كيك)
- كيسو (عجين الجبن)
- خبز أبيض/فاتح، مثل شرائح التوست الفرنسية، خبز رقيق، بسكويت مملح، رقائق البسكويت
- الإدّام (على الشطائر): جبنة، جبنة طرية، جامبون، سالامي، باتيه الكبدة، كافيار

#### وجبة الغداء/العشاء

- سمك، كريات كفتة السمك، سمك التونة، حيوانات قشرية
- لحم، لحم مفروم، كرات لحم
- دجاج، ديك رومي
- نقانق، سواء أكانت مسلوقة أو مقليّة أو مشوية في الفرن
- كورن/quorn، توفو/tofu، أومف/oumph
- بطاطس بدون قشر، معكرونة، رز، كسكس، برغل (غير كاملة الحبة)
- شوربات صافية/مهروسة/طرية (مثل حساء كلدا/Kelda)، حساء السمك
- خضراوات جذريّة (مسلوقة وطرية)

#### غير ذلك

- مُثَلّجات (آيس كريم)، خُبز القمح، كعك، رقائق البطاطس، فشار بالجبن (أوستبوغار)، سكاكر وشوكولاتة بدون مكسرات

#### أطعمة يجب عدم تناولها

- الأطعمة الغنية بالألياف، مثل منتجات الحبوب الكاملة، الخبز الخشن، حبوب الفطور (موسلي)، بذر الكتان، بذر الشيا
- الحمضيات، توت العليق، عنب الجبل، العنبية (توت الجبل)، العنب، البطيخ بالبذور، الكيوي، الأناناس
- الخضروات أو الفواكه ذات القشرة السمكية أو البذور، مثل الطماطم، الفليفلة، الفاصولياء، الزيتون، الذرة، المكسرات، الكينوا، الهليو

**قبل الفحص بيومين:**

اليوم يجب عدم تناول أي طعام صلب القوام. يُسمح لك فقط بتناول الأطعمة السائلة بدون أي قطع. ويمكنك شرب أي مشروب تختاره. يجب أن تتناول أقراص تويلاكس/Toilax مرتين خلال هذا اليوم.

**نصائح بالأطعمة السائلة**

- حساء صافي، حليب، لبن خائر، لبن زبادي، خثارة اللبن (كفاري)
- عصير بدون لبّ الفاكهة، مشروبات بروفيفا/Proviva، شراب الفاكهة (سافت)، حساء الورد البري (الزعرور)
- كريمات الفواكه الصافية، مُلجّات بدون قطع
- كوكتيل فواكه، مشروبات التغذية السائلة المعتمدة على الحليب، مشروبات البروتين

**بدء التليين بأقراص تويلاكس/Toilax**

- الساعة 10:00 يجب عليك أن تتناول قرصين تويلاكس من عيار 5 ملغ
- الساعة 20:00 يجب عليك أن تتناول قرصين تويلاكس 5 ملغ

تساعد هذه الأقراص في تحفيز حركة الأمعاء. ويبدأ مفعولها غالباً بعد 6 إلى 10 ساعات. لا تستخدم الأنبوب الذي يحتوي على معلق شرقي والمرفق مع عبوة تويلاكس.

**اليوم السابق للفحص:**

اليوم يجب عدم تناول أي طعام على الإطلاق. يمكنك شرب المشروبات الصافية فقط، أي الشفاقة/المائية. من المهم أن تتناول الكثير من السوائل في اليوم السابق لتنظير القولون.

**المشروبات الصافية**

- الماء، المرقّ الصافي بدون قطع، عصير التفاح، عصير بدون لبّ الفاكهة، المشروبات المرطبة (سافت)
- القهوة والشاي بدون حليب
- المشروبات الغازية، البيرة الخفيفة، ماء العسل، المحاليل المُعوضة (ريسورب/Resorb)، مشروبات التغذية الصافية.



من الأفضل أن تشرب مشروبات ساخنة مع السكر أو العسل لمنع الشعور بالبرد أو الصداع.

**التليين بواسطة الجرعة 1 من بلينفو/Plenvu**

اليوم ستبدأ بتناول المحلول الملين بلينفو. التزم بالمواعيد بدقة حسب التعليمات أدناه.

- قم بخلط الجرعة الأولى من بلينفو حسب التعليمات الموجودة على العبوة. يمكنك تبريد السائل إذا رغبت بذلك.
- ابدأ شرب بلينفو عند الساعة 18:00.
- اشرب سائل بلينفو ببطء على مدار 45 إلى 60 دقيقة. اشرب كوباً من أي مشروب صافٍ تختاره، ثم كوباً من بلينفو، وكرّر ذلك.

بعد شرب بلينفو، سوف تُصاب بإسهال مائي يساعد على تفرغ الأمعاء تماماً. لذلك ابقَ قريباً من المراض. وقبل بدء الإسهال، ضع كريماً واقياً أو مرهماً دهنياً حول فتحة الشرج من أجل حماية الجلد.

- لا تشرب بلينفو بسرعة أكبر من المدة المحددة في التعليمات، إذ قد تشعر بالغثيان أو الانزعاج إذا شربت السائل أسرع من الوقت المذكور.
- استمر في شرب المشروبات الصافية طوال المساء، حيث يساعد ذلك في تنظيف الأمعاء. إن الحركة تعزز حركة الأمعاء.

### في يوم الفحص:

يجب عدم تناول أي شيء قبل الفحص. ولا بأس من شرب المشروبات الصافية.

### التلين بواسطة الجرعة 2 من بلينفو/Plenvu

- قم بخلط الكيسين A + B من بلينفو حسب التعليمات الموجودة على العبوة. يمكنك تبريد السائل إذا رغبت بذلك.
- ابدأ بشرب الجرعة 2 من بلينفو قبل مغادرتك المنزل بأربع ساعات على الأقل. قد تحتاج إلى الاستيقاظ أثناء الليل لشرب المحلول وإفراغ الأمعاء قبل مجيئك إلينا.
- اشرب ببطء على مدار 45-60 دقيقة، مع التبديل بين كوب من المشروب الصافي وكوب من بلينفو.
- استمر في شرب السوائل الصافية حتى موعد الفحص.



إذا تناولت مُهدئات أو مُسكنات أثناء الفحص، فُيُمنع عليك قيادة السيارة أو أي مركبة أخرى لبقية اليوم.

### تنظيف القولون

يُستخدم تنظيف القولون للكشف عن أسباب بعض المشكلات الصحية مثل: فقر الدم أو الإسهال أو تغيير عادات التبرز أو وجود دم في البراز. يساعد تنظيف القولون في تحديد أسباب الأعراض، والتي قد تكون: الالتهاب والجيوب المعوية والسلائل (بوليبات) والأورام.

### ما يمكن القيام به بواسطة تنظيف القولون

أولاً وقبل كل شيء، يجري فحص شكل الأمعاء. وإذا لزم الأمر، يمكن أخذ عينات من الأنسجة الموجودة في الأغشية المخاطية في الأمعاء لفحصها تحت المجهر. كما يمكن إجراء تدخُّلات جراحية بسيطة عبر أنبوب المنظار، مثل إزالة السلائل (بوليبات). وعادةً لا يكون هناك ألم أثناء التدخلات داخل الأمعاء، لأن الأغشية المخاطية في الأمعاء لا تحتوي على أعصاب للإحساس بالألم.

### كيفية إجراء تنظيف القولون

يقوم بتنظيف القولون طبيب أو ممرضة. ويتواجد عادةً أيضاً شخص أو شخصان إضافيان للمساعدة في أخذ العينات أو إعطاء الأدوية مثلاً.

سوف تستبدل ملابسك بقميص وسروال يسمحان بالوصول إلى المستقيم مع الحفاظ على تغطية الأعضاء التناسلية.

سوف يجري إدخال قثطرة وريدية قبل الفحص، حيث يمكن من خلالها إعطاء أدوية مُهدئة أو مُسكنة إذا لزم الأمر. ومن المهم أن تخبر الفريق الطبي إذا شعرت بانزعاج أو ألم أثناء الفحص.

### إدخال منظار القولون

عندما يبدأ الفحص ستكون مستلقياً على جانبك الأيسر على سرير المعاينة. وقد يُطلب منك تغيير وضعيتك أثناء الفحص. منظار القولون هو أنبوب مرن يبلغ طوله حوالي 1.5 متر وقطره 1 سنتيمتر. يجري إدخاله عبر فتحة المستقيم ثم إلى داخل الأمعاء. المنظار مزود بكاميرا صغيرة تنقل صورة الأمعاء من الداخل إلى شاشة تلفزيونية، مما يسمح بفحص الأمعاء بدقة. يمكنك مشاهدة الفحص بأكمله على الشاشة إذا كنت ترغب بذلك.

### كيف يكون الشعور أثناء تنظير القولون؟

قد تشعر ببعض الانزعاج لحظة إدخال المنظار في المستقيم. كذلك قد يكون هناك شعور بالانزعاج عند إدخال المنظار إلى الأمعاء، وذلك لأن الأمعاء تكون ممتدة. إذا شعرت بالألم، فأخبر الطاقم الطبي بذلك، وسيتم إعطاؤك مسكناً للألم. ويبدأ مفعول الدواء على الفور.

يستغرق تنظير القولون عادةً ما بين 15-60 دقيقة. وقد يكون من الصعب تحديد المدة بدقة مسبقاً. قد تضطر إلى انتظار دورك. ولكن طموحنا هو ألا يتأخر أي فحص أكثر من ساعة بعد الموعد المحدد.

### كيف ستشعر بعد الفحص؟

معظم الأشخاص يمكنهم العودة إلى المنزل بعد الفحص مباشرة. وإن كنت قد تناولت جرعة كبيرة من المهدئات أو مسكنات الألم، فقد تحتاج إلى الراحة لبعض الوقت قبل مغادرتك إلى المنزل. وقد تشعر بامتلاء في البطن لبعض الوقت بسبب الغازات بعد تنظير القولون.

يختفي هذا الشعور في غضون بضع ساعات. وقد تحتاج إلى أخذ الأمور بهدوء لبقية اليوم، حسب حالتك العامة.

يمكنك الأكل والشرب كالمعتاد بعد الفحص.

إذا تلقيت مهدئات أو أدوية مرخية للعضلات، فيُمنع عليك قيادة السيارة أو أي مركبة أخرى في نفس يوم الفحص؛ إذ قد تكون مقدرة رد الفعل لديك أضعف من المعتاد، حتى لو كنت تشعر بالنشاط.

### المضاعفات

إن تنظير القولون إجراء آمن جداً مع مخاطر قليلة لحدوث مضاعفات. قد تزداد مخاطر المضاعفات قليلاً عند إجراء تدخلات معينة، مثل إزالة السلائل (بوليبات) الكبيرة. ويزداد احتمال المضاعفات مع التقدم في العمر. وقد يحدث، في حالات نادرة، إصابة في جدار الأمعاء أو نزيف شديد. ولكن يمكن في أغلب الحالات معالجته أثناء تنظير القولون. ومن النادر جداً أن تكون هناك حاجة إلى تدخل جراحي واسع.

### يجب عليك طلب الرعاية الطبية في الحالات التالية

- إذا كنت تعاني من آلام مستمرة في البطن (أقوى من المغص العادي) بحيث أنها لا تزول.
- إذا لاحظت زيادة في النزيف من المستقيم.
- إذا أصبت بحصى غير مبررة.

### متى أحصل على الجواب؟

في معظم الحالات، يتم التوصل إلى تشخيص أثناء تنظير القولون، مما يسمح ببدء العلاج أو إجراء فحوصات إضافية على الفور. إذا تم أخذ عينات من الأنسجة لفحصها تحت المجهر، فقد يستغرق الأمر حوالي شهرين للحصول على نتيجة الفحص. وسوف نخبرك عند وصول الجواب. كما سوف يجري إرسال نسخة من النتيجة إلى الطبيب الذي أحالك للفحص.

في حال اكتشاف سرطان، سوف نقوم بإجراء فحوصات خاصة بالأشعة على الفور. كما أننا سوف نتواصل مباشرة مع جراح الأمعاء لتسريع خطة العلاج ورعايتك بأسرع وقت ممكن.

### للاتصال بنا

عيادة التنظير الداخلي، مستشفى نورًا ألسبوري (Näl)

رقم الهاتف: 010 – 435 35 80

أوقات الاتصال الهاتفي: الإثنين – الخميس، الساعة 8:00 – 11:00

الجمعة، الساعة 8:00 – 10:00

[www.1177.se](http://www.1177.se)

أو سجّل دخولك في الموقع

عيادة منع التخثر (AK-mottagning) في مستشفى نورًا ألسبوري (Näl)

رقم الهاتف: 010-435 48 30

أوقات الاتصال الهاتفي: الإثنين – الخميس، الساعة 9:00 – 10:00 والساعة 14:00 – 15:00

الجمعة، الساعة 9:00 – 10:00

معهد الطب المخبري، الرعاية الصحية إن أو/NU-sjukvården

رقم الهاتف: 010 – 435 27 01

أوقات الاتصال الهاتفي: الإثنين – الأربعاء، الساعة 10:30 – 14:30

الخميس – الجمعة، الساعة: 10:30 – 14:00

مغلق أثناء فترة الغداء 12:00 – 13:00