

## PREPARAZIONE COLONSCOPIA

La preparazione per la colonscopia è fondamentale per garantire la buona riuscita dell'esame, consentendo una visibilità ottimale dell'intestino. Qui troverete le indicazioni dietetiche da seguire, con i cibi consentiti e quelli da evitare.

### 1. NEI 3 GIORNI PRECEDENTI L'ESAME

#### Consigliato:

- Seguire una dieta povera di scorie.
- Mangiare alimenti facili da digerire e a basso contenuto di fibre.

#### Alimenti Consentiti:

- Carni bianche: pollo, tacchino, vitello.
- Pesce: al vapore, alla griglia o al forno, evitando salse e condimenti pesanti.
- Uova: preferibilmente alla coque o in camicia.
- Brodo: meglio se vegetale filtrato, senza pezzi di verdura.
- Formaggi: stagionati, poco salati, senza latte o yogurt.
- Pane bianco e pasta raffinata.
- Frutta: solo mela o pera, sbucciata e senza semi, evitando altra frutta fresca.
- Bevande: tè, camomilla, succhi di frutta (senza polpa), acqua naturale.

#### Da Evitare:

- Frutta e verdura fresca: eccetto mela e pera come indicato.
- Legumi: come fagioli, lenticchie e ceci.
- Alimenti integrali: pane e pasta integrale, cereali ricchi di fibre.
- Latte e derivati freschi: yogurt, ricotta, latte intero o scremato.
- Carne rossa e insaccati.
- Succhi di frutta con polpa.

### 2. IL GIORNO PRIMA DELL'ESAME

- Consumare solo liquidi chiari e non alimenti solidi.
- È fondamentale mantenersi idratati con acqua, tè leggero, camomilla, brodo vegetale filtrato e succhi senza polpa.

#### Bevande Consentite:

- Acqua.
- Tè leggero, camomilla.
- Brodo vegetale filtrato.
- Succhi di frutta chiari, senza polpa.

## Bevande da Evitare:

- Latte e derivati.
- Caffè, bevande colorate o alcoliche.

## 3. PREPARAZIONE SPECIFICA CON CLENSIA

**Segui attentamente le indicazioni mediche riguardanti l'assunzione del lassativo, che solitamente inizia il giorno prima dell'esame. È importante non modificare la posologia e completare l'assunzione del preparato come consigliato.**

## 4. IL GIORNO DELL'ESAME

- Non assumere alimenti solidi dalla mezzanotte prima dell'esame.
- È possibile bere solo piccole quantità di acqua fino a 3 ore prima dell'orario stabilito per l'esame.

**Nota Bene: È fondamentale seguire queste indicazioni per assicurare una buona preparazione intestinale. Una preparazione incompleta può influire sulla visibilità e sull'accuratezza dell'esame.**

## FARMACI DA SOSPENDERE PRIMA DELLA COLONSCOPIA

Alcuni farmaci possono interferire con la colonscopia o aumentare il rischio di complicanze. È fondamentale informare il proprio medico su tutti i farmaci e integratori che si stanno assumendo. Qui di seguito trovate i principali farmaci da sospendere, previo consulto medico, e le motivazioni.

**Nota Bene: Non sospendere mai i farmaci autonomamente. Parlate sempre con il vostro medico, che vi darà le istruzioni specifiche in base alla vostra situazione clinica.**

### 1. Anticoagulanti e Antiaggreganti

- Esempi: Warfarin, Clopidogrel, Dabigatran, Aspirina e altri.
- Perché sospenderli: Questi farmaci riducono la coagulazione del sangue, aumentando il rischio di sanguinamento, soprattutto se durante la colonscopia vengono eseguite biopsie o piccoli interventi.
- Quando sospenderli: Di solito è necessario sospenderli almeno 5-7 giorni prima dell'esame, ma solo su indicazione del medico. In alcuni casi, il medico può prescrivere un anticoagulante alternativo durante questo periodo.

### 2. Farmaci Antinfiammatori Non Steroidei (FANS)

- Esempi: Ibuprofene, Naprossene, Diclofenac e altri.
- Perché sospenderli: Anche i FANS possono aumentare il rischio di sanguinamento intestinale.
- Quando sospenderli: Generalmente si sospendono 3-5 giorni prima dell'esame, ma sempre su indicazione medica.

### 3. Integratori a Base di Erbe e Vitamine con Effetto Anticoagulante

- Esempi: Vitamina E, Ginkgo biloba, Aglio, Ginseng.
- Perché sospenderli: Alcuni integratori naturali possono ridurre la coagulazione del sangue e interferire con la preparazione.
- Quando sospenderli: Di solito si consiglia di interrompere l'uso almeno una settimana prima della colonscopia.

### 4. Ferro e Integratori di Ferro

- Perché sospenderli: Gli integratori di ferro possono colorare le feci e rendere difficile la visibilità durante l'esame.
- Quando sospenderli: Di norma, il ferro va sospeso almeno 7 giorni prima dell'esame, salvo diverse indicazioni mediche.

### 5. Farmaci per il Diabete

- Esempi: Insulina, Metformina e altri ipoglicemizzanti orali.
- Perché sospenderli o modificarne la dose: Durante la preparazione, si modifica la dieta e si digiuna prima dell'esame, il che può alterare i livelli di glicemia.
- Quando sospenderli o modificarne la dose: La gestione deve essere concordata con il medico, che può indicare una riduzione della dose o il rinvio della somministrazione la mattina dell'esame.

### 6. Farmaci con Effetto Lassativo

- Esempi: Lassativi da banco, alcuni integratori per la stipsi.
- Perché sospenderli: Alcuni lassativi possono interferire con la preparazione intestinale specifica prescritta per la colonscopia.
- Quando sospenderli: Sospendere almeno 3-5 giorni prima, e utilizzare esclusivamente il lassativo prescritto per la preparazione.

**Nota Bene: Per qualsiasi dubbio informate sempre con il vostro medico, che vi darà le istruzioni specifiche in base alla vostra situazione clinica. In caso di patologie cardiache severe, diabete e terapia antiaggregante/anticoagulante contattare il cardiologo e/o medico di base e concordare con lui eventuale sospensione/ modifica della terapia in corso.**

**DA COMUNICARE ASSOLUTAMENTE AL MEDICO ENDOSCOPISTA il giorno dell'esame.**

### COSA FARE DOPO LA COLONSCOPIA

Dopo la colonscopia, potreste sentire un po' di disagio o gonfiore addominale, sensazioni comuni e temporanee. Di seguito trovate alcune indicazioni utili per gestire il post-esame e facilitare un recupero rapido.

## 1. Alimentazione

- Riprendi a mangiare gradualmente: inizia con piccoli pasti leggeri, a base di alimenti facili da digerire.
- Alimenti consigliati dopo l'esame:
- Zuppe leggere e brodi vegetali.
- Pane bianco, cracker, riso e pasta semplici.
- Carne magra o pesce cucinati in modo leggero (al vapore o alla griglia).
- Frutta senza buccia e semi, come mele o pere cotte.
- Yogurt naturale, se tollerato.
- Evita cibi irritanti: per le prime 24-48 ore è meglio evitare cibi piccanti, fritti, grassi o troppo ricchi di fibre, che potrebbero causare fastidio all'intestino.

## 2. Idratazione

- Dopo la colonscopia, è normale sentirsi leggermente disidratati. Bevi molta acqua per reintegrare i liquidi persi durante la preparazione.
- Consuma bevande leggere, come tè o camomilla, e evita alcolici e bevande gassate per almeno 24 ore.

## 3. Attività Fisica

- Evita attività fisiche intense il giorno stesso dell'esame.
- Una passeggiata leggera può aiutare a ridurre il gonfiore addominale causato dall'aria introdotta durante la procedura.

## 4. Sintomi Normali e Quando Contattare il Medico

È comune, dopo l'esame, provare:

- Leggero gonfiore o crampi addominali.
- Piccole quantità di sangue nelle feci (specie se sono stati eseguiti biopsie o interventi minori durante l'esame).

### **IMPORTANTE: Contatta subito il medico se avverti forti dolori addominali persistenti**

La colonscopia è un esame diagnostico che si esegue solitamente con una sedazione cosciente, che permette al paziente di essere rilassato e a proprio agio durante la procedura senza perdere completamente la coscienza. Questo tipo di sedazione riduce il fastidio e l'ansia, mantenendo la possibilità di rispondere a semplici comandi, se necessario. Il farmaco sedativo viene somministrato tramite una piccola iniezione, e l'effetto svanisce rapidamente al termine dell'esame, permettendo una ripresa più rapida.

Per chi preferisce, è possibile richiedere una sedazione profonda, con la presenza di un medico anestesista.

In questo caso, il paziente sarà completamente addormentato per tutta la durata della procedura e verrà monitorato attentamente. La sedazione profonda garantisce un'esperienza senza ricordi dell'esame, ma richiede un po' più di tempo per la ripresa.

## MODALITÀ ASSUNZIONE CLENSIA

### Quando prendere Clensia

Il trattamento con questo medicinale deve essere completato prima dell'esame clinico e può essere assunto nel modo seguente:

- Assunzione della dose completa il giorno prima dell'esame:
- 4 bustine A e 4 bustine B sciolte in 2 litri d'acqua e bevute la sera prima dell'esame.
- Assunzione frazionata della dose:
- 2 bustine A e 2 bustine B sciolte in 1 litro d'acqua e bevute la sera prima dell'esame, e 2 bustine A e 2 bustine B sciolte in 1 litro d'acqua e bevute al mattino del giorno dell'esame.

**Importante: leggere attentamente il foglio illustrativo all'interno.**

### Come preparare Clensia

- Aprire 2 bustine A (grandi) e 2 bustine B (piccole).
- Versare il contenuto di 2 bustine A e 2 bustine B in un contenitore adatto allo scopo.
- Aggiungere 1 litro d'acqua nel contenitore e mescolare finché tutta la polvere non sia disciolta.

### Come prendere Clensia

- **Assunzione in un'unica volta**

La sera precedente il giorno dell'esame, sciogliere 2 bustine A e 2 bustine B in 1 litro d'acqua e bere la soluzione di Clensia nell'arco di 1-1,5 ore.

Cercare di bere 250 ml (due bicchieri) ogni 15-20 minuti.

Dopo un intervallo di circa 1-2 ore, sciogliere altre 2 bustine A e 2 bustine B in 1 litro d'acqua e bere la soluzione.

Nel corso del trattamento, le raccomandiamo di bere 1 ulteriore litro (otto bicchieri) di liquido chiaro per prevenire la possibile perdita di liquidi dovuta alla diarrea e mantenere un'idratazione adeguata. Acqua, brodo chiaro, succo di frutta (senza polpa), bevande analcoliche, tè o caffè

(senza latte) sono tutte bevande adatte. Queste bevande possono essere assunte in qualsiasi momento lo desideri.

- **Assunzione frazionata della dose**

La sera precedente il giorno dell'esame diagnostico, sciogliere 2 bustine A e 2 bustine B in 1 litro d'acqua e bere la soluzione di Clensia nell'arco di 1-1,5 ore. In aggiunta beva almeno 500 ml (quattro bicchieri) di un altro liquido chiaro (acqua, succo di frutta, bevande analcoliche, tè/caffè senza latte) nel corso della serata.

Al mattino dell'esame diagnostico, la soluzione deve essere preparata seguendo la stessa procedura (2 bustine A e 2 bustine B sciolte in 1 litro d'acqua), seguita da 500 ml (quattro bicchieri) di un altro liquido chiaro (acqua, succo di frutta, bevande analcoliche, tè/caffè senza latte). Lasciar trascorrere almeno due ore senza bere prima di iniziare la colonscopia.

## **Che cosa si deve aspettare che accada**

Quando comincia a bere la soluzione di Clensia, è importante trovarsi vicino a un bagno. Ad un certo punto, comincerà ad avvertire movimenti di liquido nell'intestino.

Ciò è del tutto normale e indica che la soluzione sta agendo. I movimenti intestinali termineranno una volta finito di bere.

Se segue queste istruzioni, l'intestino risulterà pulito e ciò favorirà l'esecuzione e la riuscita dell'esame.