

Recommandations pour une préparation optimale à votre coloscopie

Information, instructions et réponses à vos diverses questions

Chère patiente, cher patient,

Vous avez une colonoscopie prévue dans notre hôpital. Un intestin bien propre est crucial à la réussite de cet examen. Vous avez obtenu de notre service un schéma à suivre afin de préparer au mieux votre colon (gros intestin) en buvant une solution laxative osmotique. Le but de cette brochure est de vous transmettre des „trucs“ supplémentaires afin de rendre ce processus le plus efficace possible et d'assurer ainsi une bonne propreté de votre intestin en vue de l'examen par l'intermédiaire de la prise optimale de la préparation colique. Cette documentation, a été élaborée sur la base des questions de nos patients ayant déjà bénéficié d'une colonoscopie et de la discussion avec ceux-ci qui en a découlé. Ici, se trouvent résumés les différentes questions, les malentendus, idées reçues et les difficultés liés à cette préparation du gros intestin. Merci d'avance de lire ces quelques pages illustrées jusqu'au bout!

Pourquoi est-ce si important d'avoir un colon bien préparé (propre)?

Le but de la coloscopie est de mettre en évidence des lésions (comme par ex. des Polypes ou des Tumeurs). C'est la raison pour laquelle une bonne vision de la surface muqueuse de l'intestin est primordiale ! Plus l'intestin est sali par des résidus de selles, plus l'examen se rallonge et devient inconfortable pour vous. Dans les cas d'une très mauvaise préparation colique : des selles remplissent encore partiellement l'intestin, nous nous verrons contraint d'interrompre l'examen et de vous reconvoquer pour l'examen avec comme consigne de répéter la préparation !

Un intestin propre correspond pour nous à une conduite sous un soleil radieux. Par contre un intestin sale peut ressembler à une tempête de neige!

Colon propre



Colon sale



Comment nettoyer votre colon ?

Concernant la marche à suivre, vous avez reçu une notice d'utilisation avec la préparation colique. TRÈS IMPORTANT : Le meilleur choix pour un „nettoyage“ (= préparation) optimale est de le pratiquer en 2 temps: 1) le jour avant l'examen + 2) le jour de l'examen. Voici schématiquement ce que qu'il est recommandé faire durant ces 2 journées:

Le jour AVANT l'examen



Manger

08:00: 2 comprimés de Dulcolax

à partir de là, que du liquide clair
Pas de nourriture solide



Boire

4 verres de liquide clair



12:00: Préparation colique avec Picoprep, 1^{er} sachet

A ce moment là, il vous faut être à proximité de toilettes.

12:30-16:30: chaque heure au minimum un demi litre de liquide clair



18:00: Préparation colique avec Picoprep, 2^{ème} sachet

18:30-22:30: chaque heure au minimum un demi litre de liquide clair



LE jour DE l'examen



Repas

Seulement du liquide clair
en quantité illimitée,
jusqu'à 2 heures avant l'examen
Pas de nourriture solide avant l'examen



Examen

Repas normal



Repas normal



Boisson

liquide clair



liquide clair



Que signifie du liquide clair?

Comment vous avez pu le lire précédemment, vous êtes autorisé(e) à vous alimenter uniquement de „liquide clair“ pendant la préparation à l'examen. Voici les choses à ne pas faire, et toutefois quelques „écarts“ que vous pouvez vous autoriser afin de rendre l'ensemble du processus un peu plus agréable.



Le jus d'orange. Non.



Le jus d'ananas. Non.



Le jus de pomme. OK !

Ce que vous pouvez encore vous autoriser (en quantité modérée):



Sirop avec de l'eau gazeuse
(„Henniez gommée“)



Eau minérale (+/- gaz)



Café (sans lait !)



Boisson isotonique



„Apfelschorle“



Thé (sans lait !)

Qu'est-ce que vous ne pouvez pas boire?

Café crème ou au lait



Lait



„Milkshake“

Bien que les boissons alcoolisées soient des liquides clairs, il est toutefois nécessaire que vous les évitiez, étant donné qu'elles peuvent provoquer une déshydratation.

Que pouvez vous manger?



Miel



Soupe claire



Glaces à l'eau



Bonbons

Que ne devez-vous pas manger?



Pain, Gâteau, Pâtes



Soupe avec des éléments solides



De la viande



Fromages et produits laitiers



Légumes



Fruits

Quel aspect doivent avoir les selles pour que la préparation du colon soient réussie?

Vous devez examiner vos selles, afin de voir si elles ressemblent à ce que vous avez ingérer, mais surtout si elles sont bien claires et sans éléments solides ! Vous pouvez alors seulement être sûr(e) que la préparation colique est réussie si les selles sont liquides et claires !

FÉLICITATIONS ET MERCI DE VOTRE COLLABORATION !



Noir
et
trouble

Pas encore
bon

Brun
et
trouble

Pas encore
bon

Brun clair
et
à moitié
claire

Pas encore
bon

Orange
et
Plutôt clair

Presque bon

Jaune et clair
comme de
l'urine

Tout bon !