

VARSINAIS-SUOMEN SAIRAAHOITOPIIRI

PAKSUSUOLEN TÄHYSTYS, YLEISET OHJEET

Tutkimus kestää n. 30 - 60 minuuttia. Varaa sairaalakäyntiin aikaa n. 2-5 tuntia. Kerro lääkärille ennen tutkimusta, jos sinulla on puuduteaineallergia tai sydämen tahdistin. Tutkimus tehdään taipuisalla tähystimellä peräaukon kautta paksusuoleen. Tutkimuksen aikana suoleen puhalletaan tähystimen kautta ilmaa tai hiilidioksidia.

Mikäli tähystyksessä käytetään rauhoittavaa lääkitystä, vointiasi seurataan 1-2 tuntia ja kotiutuessa tulee olla hakija, joka on illan kanssasi. Autoa/moottoriajoneuvoa ei saa loppupäivänä ajaa rauhoittavan lääkityksen jälkeen.

Valmistautuminen tutkimukseen

Paksusuoli tulee tyhjentää tutkimusta edeltävänä päivänä tyhjennysaineen avulla, jonka voi ostaa apteekista. Aloita ruokavaliorajoitukset viikkoa ennen tutkimusta. Suolen tulee olla täysin tyhjä, jotta tähystys onnistuu. Ulosteen tulee olla nestemäistä, lähes kirkasta. Ota yhteyttä tähystysyksikköön ennen tyhjennysaineen käyttöä, mikäli olet raskaana tai imetät.

Kotilääkitys ennen tähystystä

- Pääsääntöisesti lääkkeet saa ottaa tavalliseen tapaan.
- Jos sinulla on sokeritauti, niin sovi erikseen sokeritautilääkkeiden ottamisesta.
- Vähintään viikkoa ennen tähystystä neuvottele oman tai tähystysyksikön lääkärin kanssa mikäli tarvitset antibioottisuojaaja tai käytät verenohennuslääkettä (esim. Marevan®).
- Viikkoa ennen tähystystä jätä rautalääkitys tauolle.
- Suun kautta käytettävien lääkkeiden imeytyminen saattaa vähentyä tyhjennyksen vuoksi.

Ravitseminen

Viikko ennen tutkimusta:

- Älä syö siemeniä ja kuoria sisältäviä marjoja, vihanneksia tai hedelmiä (vadelma, tomaatti ja viinirypäle).
- Älä syö karkeita jyviä tai siemeniä sisältäviä leipiä. Siemenet voivat tukkia tähystimen.

Kolme päivää ennen tutkimusta:

- Aloita vähäkuituinen ruokavalio. Pidennä vähäkuituinen ruokavalio 5 päiväksi, mikäli sinulla on ummetusta ja käytä 2-5 päivää ummetuslääkettä (mm.Movicol®).

Sallittuja vähäkuituisia ruokia:

- Kala, liha ja niiden liemet
- Kananmuna
- Tuoremehu (ilman hedelmälihaa), mehut ja virvoitusjuomat
- Maito, maitotuotteet esim. viili, marjattomat jogurtit ja jäätelö
- Vaaleat leivät, kuten ranskanleipä tai vaalea patonki
- Riisi ja makaroni

Kiellettyjä runsaskuituisia ruokia:

- Kasvikset, marjat ja hedelmät
- Ruis-, graham- ja täysjyväleivät sekä –puurot
- Leseet, siemenet ja pähkinät

Esimerkki vähäkuituisesta ruokavaliosta:

Aamupala

- manna- tai riisivelliä/ riisimuroja, viiliä tai maustamatonta jogurttia
- valkoista leipää + vähän rasvaveitettä
- lihaleikkelettä
- täysmehua (jossa ei ole hedelmälihaa)
- kahvia/teetä + sokeria

Lounas

- annos valkoista riisiä tai pastaa (yhdeällä aterialla voi olla yksi peruna)
- lihaa/kalaa/kanaa + kastiketta
- raejuustoa
- valkoista leipää + vähän rasvaveitettä
- mehua, maitoa, piimää, siivilöityä mehukeittoa

Päivällinen kuten lounas

Päiväkahvi

- pulla/korppu/pari keksiä/ jäätelöä
- kahvia/teetä/mehua/maitoa

Iltapala

- valkoista leipää + vähän rasvaveitettä + lihaleikkelettä
- kahvia/teetä/mehua/maitoa

Tutkimusta edeltävänä päivänä

- Syö vähäkuituinen aamupala ja lounas kuten edellisinä päivinä.
- Klo 12 jälkeen nauti pelkästään juomia mm.: mehukeittoa tai mehua, jossa ei ole hedelmälihaa tai siemeniä, liha- tai kasvislientä, teetä, kahvia, maitoa, virvoitusjuomia tai vettä. Tarvittaessa voit käyttää täydennysravintojuomia, joita saa ostaa apteekista.
- Aloita suolentyhjennysliuoksen juominen erillisen ohjeen mukaan.
- Tyhjennyksen aikana ei saa enää syödä.
- Runsas nesteen juominen on tärkeää suolen tyhjentymisen sekä voinnin kannalta.

Tutkimuksen jälkeen

Tutkimuksen jälkeen saa syödä. Aloita kevyellä aterialla ja juo normaalia enemmän mm.mehuja. Tutkimuksen jälkeen saattaa olla turvottavaa oloa ja ilmavaivoja, johon auttaa liikkuminen.

Tutkimuksen jälkeisenä päivänä voi esiintyä pieniä määriä verta ulostettaessa.

Ota yhteyttä toimenpideyksikköön tai päivystyspoliklinikalle jos tutkimuksen jälkeen ilmenee kovia vatsakipuja tai runsasta verenvuotoa.

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 0000

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.