

Paksusuolen tähystys, yleiset ohjeet

Tutkimus kestää 30 - 60 minuuttia. Varaa sairaalakäyntiin aikaa 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 tai 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 tähystyksikköön 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 tähystyksikön lääkärin kanssa mikäli tarvitset antibioottisuojaaja tai käytät verenohennuslääkettä (esimerkiksi Marevan®, Xarelto®, Eliquis®, Lixiana® tai Pradaxa®).
- Viikkoa ennen tähystystä jätä rautalääkitys tauolle.
- Suun kautta käytettävien lääkkeiden imeytyminen saattaa vähentyä tyhjennyksen vuoksi.

Ravitsemus

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 (esimerkiksi Movicol®).

Sallittuja vähäkuituisia ruokia

- kala, liha ja niiden liemet
- kananmuna
- tuoremehu, jossa ei ole 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 tai riisimuroja, viiliä tai maustamatonta jogurttia
- valkoista leipää ja vähän rasvaveitettä
- lihaleikkelettä
- täysmehua, jossa ei ole hedelmälihaa
- kahvia tai teetä ja sokeria

Lounas

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

Päivällinen kuten lounas

Päiväkahvi

- pulla, korppu, pari keksiä tai jäätelöä
- kahvia, teetä, mehua tai maitoa

Iltapala

- valkoista leipää, vähän rasvaveitettä ja lihaleikkelettä
- kahvia, teetä, mehua tai maitoa

Tutkimusta edeltävänä päivänä

- Syö vähäkuituinen aamupala ja lounas kuten edellisinä päivinä.

- Kello 12 jälkeen nauti pelkästään juomia: 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

- Saa syödä. Aloita kevyellä aterialla ja juo normaalia enemmän mehuja.
- 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.