

## Valmistautuminen paksusuolen tähystykseen (*kolonoskopia*)

### Tietoa

Paksusuolen tähystyksessä tutkitaan paksusuoli ja usein myös ohutsuolen loppuosa peräaukon tai suoliavanteen kautta. Tarvittaessa otetaan koepaloja ja tehdään pieniä toimenpiteitä, kuten polyyppien poisto.

Suolen venyminen tutkimuksen aikana voi tuntua kipuna, jota helpottaa suonensisäisesti annettava kipulääke tai hengitettävä ilokaasu. Jos tarvitset rentouttavan esilääkkeen ennen tutkimusta, voit pyytää sitä ilmoittautuessasi poliklinikalle. **Huom! Jos saat lääkettä, et voi ajaa autoa tutkimuspäivänä.** Ota tämä asia huomioon jo siinä vaiheessa, kun mietit, millä tulet tutkimukseen.

Jos sinulla on suoliavanne, ota puhdas avannesidos mukaan tähystykseen tullessasi.

Tähystyksen onnistumisen kannalta on olennaisen tärkeää, että suoli on hyvin tyhjenetty. **Noudata huolellisesti tätä ohjetta**, vaikka tyhjennysaineen pakkauksessa olisi erilainen ohje.

### Valmistelut viikkoa ennen tutkimusta

Tutkimukseen valmistautuminen alkaa jo viikkoa aikaisemmin.

- Saat syödä pastaa, perunaa, kalaa, kanaa, lihaa, kananmunaa, vesipohjaisia puuroja ja sosekeittoja sekä leipää, jossa ei ole näkyviä siemeniä tai rouhetta.
- Älä syö siemeniä sisältäviä marjoja ja hedelmiä.
- Älä syö kuitupitoisia kasviksia (esim. kaali, sipuli, parsakaali, raparperi, sitrus-hedelmät)
- Keskeytä rautalääkitys, koska se haittaa näkyvyyttä suolessa.
- Jos ulostat harvemmin kuin joka päivä tai uloste on kovaa, käytä ilman reseptiä saatavaa ummetuslääkettä päivittäin (esim. *Movicol*, *Pegorion*).
- Ellet pysty tekemään tyhjennystä kotona, ota yhteyttä omaan terveyskeskukseesi.

### Lääkityksessä huomioitavaa

Voit ottaa säännöllisesti käytössäsi olevat lääkkeet tutkimuspäivän aamuna normaalisti. Huomioi kuitenkin seuraavat poikkeukset:

Jos käytössä on diabetes-lääkkeitä, noudata alla olevia ohjeita:

- Ota diabetes-tabletit ja **lyhytvaikutteinen insuliini** vasta tähystyksen jälkeen.
- Pistä **pitkävaikutteisen insuliinin** aamu-annoksesta 2/3 tutkimuspäivän aamuna ja loput 1/3 tutkimuksen jälkeen.

Ota mahdollisimman pian yhteyttä tähystysyksikköön, jos käytössäsi on jokin seuraavista lääkkeistä:

- Marevan, Plavix, Clopidogrel, Efient, Brilique, Eliquis, Xarelto, Pradaxa, Lixiana
- pistettävät lääkkeet Klexane, Fragmin, Innohep

## Syöminen ja juominen tutkimusta edeltävänä päivänä

Tähystystä edeltävänä päivänä voit syödä aamupalan ja keittolounaan klo 14 mennessä. **Lounaan nautittuasi et saa enää syödä ruokaa ennen tähystystä.** Juo sen sijaan runsaasti ns. kirkkaita nesteitä kuten mehuja, kahvia, teetä, lihalientä, urheilujuomia. Älä juo maitotuotteita, älä myöskään hyvin tummia mehuja. Aloita suolen tyhjentäminen alla olevan ohjeen mukaan.

## Suolen tyhjentäminen

Suolen tyhjentäminen käy turvallisimmin juomalla Colonsteril- tai Vistaprep-tyhjennysainetta. Nämä sopivat myös munuaisten vajaatoimintaa sairastaville. Hae tyhjennysaine apteekista.

**Colonsteril / Vistaprep-huuhteluliuos:** Aloita suoliston tyhjentäminen tutkimusta edeltävänä päivänä noin klo 16. Liuksen teko-ohjeen löydät pakkauksesta. Juo liuosta 3-4 litraa tutkimusta edeltävänä iltana. Sopiva tahti on juoda 1 litra tunnissa.

Vinkkejä:

- Jäähdytä juoma jääkaappikylmäksi.
- Juo lisäksi runsaasti mehuja, lihalientä ja muita kirkkaita nesteitä.
- Voit imeskellä pastilleja, jos tyhjennysaine maistuu epämiellyttävältä.
- Liikkeellä olo nopeuttaa suolen tyhjenemistä.
- Jos maha turpoaa tai kipeytyy, pidä juomisessa puolen tunnin tauko.

**Juo vielä tähystyspäivänä litra tyhjennysliuosta 4 tuntia ennen tähystystä.** Suolisto on riittävästi tyhjentynyt, kun neste tulee ulos teen tai omenamehun näköisenä. Juo lisäksi myös yllä mainittuja kirkkaita nesteitä siihen asti, kun tulet tähystykseen.

Jos haluat käyttää jotain toista valmistetta (esim. Picoprep), juo sen lisäksi kirkkaita nesteitä 3-4 litraa. **Juo ensimmäinen annos tähystystä edeltävänä päivänä n. klo 16-17 ja toinen annos tutkimuspäivänä 4 tuntia ennen annettua tähystysaikaa.** Juo aamulla myös kirkkaita nesteitä 2-3 litraa.

## Tähystyksen jälkeen

Tähystyksen jälkeen voit syödä normaalisti. Jos olet saanut lääkitystä tähystyksen aikana, et saa ajaa autoa samana päivänä. Töihin voit mennä tähystyksen jälkeisenä päivänä. Jos tarvitset sairauslomatuksen, saat sen tähystyksiköstä.

## Yhteystiedot

Voit tiedustella tähystystä koskevia asioita tähystyksiköstä. Käytämme takaisinsoitopalvelua. Noudata vastaajan ohjeita. Soitamme sinulle takaisin virka-aikana.

### Hämeenlinnan yksikkö

Kirurgian poliklinikka  
p. 03 629 2831  
Sisätautien poliklinikka  
p. 03 629 2887

Lisätietoja löydät myös Internet-sivuiltamme: [www.khshp.fi](http://www.khshp.fi)

### Riihimäen yksikkö

Kirurgian poliklinikka  
p. 019 7445360