

COLONOSCOPY

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਵਾਸਤੇ ਪੜਤਾਲ ਸੂਚੀ

ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਇੱਕ ਹਫਤਾ (ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ)

ਪਹਿਲਾਂ

- ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨਪੂਰਵਕ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
- ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਬਕਾਇਦਾ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਇੱਕ ਹਫਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਕੁ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਬਕਾਇਦਾ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ ਦੇਖੋ।
- **ਪੜਾਅ 1.** ਇੱਕ ਹਫਤਾ ਪਹਿਲਾਂ: ਮੱਕੀ, ਸਣ/ਪੇਸਤ/ਤਿਲਾਂ ਦੇ ਬੀਜ, ਬਦਾਮ, ਮੱਛੀ ਦੇ ਤੇਲ, ਜਾਂ ਆਇਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਇਰਨ ਵਾਲੇ ਮਲਟੀਵਿਟਾਮਿਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਨਾ ਖਾਓ।
- **ਪੜਾਅ 2.** ਕੁਝ ਕੁ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ: ਕਿਸੇ ਵੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿਖੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜੁਲਾਬ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (laxatives) ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ Gravol ਖਰੀਦੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ

- **ਪੜਾਅ 3.** ਕੋਈ ਵੀ ਠੋਸ ਭੋਜਨ ਨਾ ਖਾਓ। ਕੇਵਲ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਤਰਲ ਪੀਓ। ਜਦ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਗਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ (ਆਂਤੜੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇਖੋ) ਦਾ ਇੱਕ ਗਲਾਸ ਹਰ ਘੰਟੇ ਪੀਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- **ਪੜਾਅ 4.** ਤੈਅ ਕੀਤੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜੁਲਾਬ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਲੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ

- **ਪੜਾਅ 5.** ਕੋਈ ਵੀ ਠੋਸ ਭੋਜਨ ਨਾ ਖਾਓ, ਕੇਵਲ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਤਰਲ ਪੀਓ।
- ਆਪਣੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ 4-5 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ, ਬਾਕੀ ਬਚੀ ਜੁਲਾਬ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਲਓ।
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਟੱਟੀਆਂ ਤਰਲ, ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਆਂਤੜੀ ਸਾਫ਼ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਜਦ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਵ ਸਪੱਸ਼ਟ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੇਗਾ।
- **ਪੜਾਅ 6.** ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਸਟ ਵਾਸਤੇ ਲੈਕੇ ਜਾਣ, ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਰੁਕਣ, ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਪਸ ਘਰੇ ਲਿਜਾਣ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨੀਮ-ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦਾ ਅਸਰ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੱਕ (ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਾਤ ਭਰ) ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਦਿਨ

- ਆਪਣੇ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਪੈਰਵਾਈ ਫੇਰੀ ਜਾਂ ਫੋਨ ਕਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ। ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਪੈਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਖੁਦ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਨੋਟ ਬਣਾਓ। ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਆਉਣ ਵਾਸਤੇ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਬਾਇਓਪਸੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ) ਕੁਝ ਹਫਤਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੁਲਾਂਕਣ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਪੌਲਿਪਾਂ ਬਾਰੇ ਨਿਕਲੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ