

# COLONOSCOPY

## کولونوسکوپ کی تیاری کی چیک لسٹ

### کولونوسکوپ کے دن

- مرحلہ 5-** کوئی ٹھوس غذا مت کھائیں، صرف مشروب پیئیں۔
- کولونوسکوپ سے 4-5 گھنٹے پہلے باقی بچا ہوا لیکسیٹیو بھی ہدایات کے مطابق لیں۔
- آپ کا پاخانہ مائع ہونا چاہیے، جس کی رنگت صاف سے لے کر زرد ہو۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ کا پاخانہ صاف ہے اور ڈاکٹر آپ کا معائنہ کرتے ہوئے اسے اچھی طرح دیکھ سکے گا۔
- مرحلہ 6-** اپنے ساتھ کسی بااعتماد فرد کو رکھیں جو آپ کو ٹیسٹ کے لیے لے جائے، ڈاکٹر سے نتائج لے، آپ کو گھر لے جائے اور بے ہوشی کی دوا کا اثر آپ پر سے ختم ہونے تک گھر پر آپ کے ساتھ رہے (ممکن ہو تو رات قیام کرے)۔

### ٹیسٹ کے اگلے دن

- اپنے کولونوسکوپ ڈاکٹر یا فیملی ڈاکٹر کے پاس فالو اپ وزٹ کا اہتمام کریں یا فون کریں۔ مجوزہ فالو اپ کے حوالے سے اپنے پاس نوٹ لکھ لیں۔ کولونوسکوپ کے تمام تفصیلی ٹیسٹوں (مثال کے طور پر بائیوپسی کا نتیجہ) کے نتائج آنے میں چند ہفتوں کا وقت لگ سکتا ہے۔
- کسی بھی پولیپ کی جانچ کے نتائج چیک کریں۔

### ٹیسٹ سے ایک ہفتہ (یا زیادہ) پہلے

- ہدایات کا بغور جائزہ لیں۔
- دیکھیں کہ آپ کی معمول کی ادویات میں کسی کو ٹیسٹ سے پہلے تبدیل کرنے کی ضرورت تو نہیں۔ چند ادویات ٹیسٹ سے ایک ہفتہ پہلے بدلنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ دیکھیں معمول کی دوا لینا۔
- مرحلہ 1-** ایک ہفتہ پہلے: مکنی، فلیکس/خشخاش/تل، گری والے پھل، مچھلی کا تیل یا فولاد والی ادویات بشمول ملٹی وٹامن کھانے سے پرہیز کریں۔
- مرحلہ 2-** چند روز پہلے: کسی بھی فارمیسی پر جانیں اور تجویز کردہ لیکسیٹیو اور اگر ہو سکے تو Gravol خریدیں۔

### ٹیسٹ سے ایک دن پہلے:

- مرحلہ 3-** کوئی ٹھوس غذا مت کھائیں۔ صرف صاف مشروب پیئیں۔ جتنے گھنٹے آپ جاگے ہوں، ہر گھنٹے صاف مشروبات کا ایک گلاس پیئیں (انت کی صفائی کی تیاری دیکھیں)۔
- مرحلہ 4-** مقررہ وقت پر تجویز کردہ لیکسیٹیو لینا شروع کریں۔

