

## Colonoscopia – descrição e preparação

..... Em Caso de dúvida não hesite em contactar-nos! ☎ 239 802 700

A **Colonoscopia** é um exame muito importante para o rastreio e diagnóstico precoce de lesões malignas ou pré-malignas do intestino. Para visualizar o intestino grosso é introduzido, através do ânus, um tubo flexível (colonoscópio) que transmite a imagem para um monitor, permitindo a observação do intestino à medida que o aparelho progride.

### Procedimento

No início do exame o doente é deitado sobre o lado esquerdo com os joelhos dobrados sobre o abdómen, mas em caso de necessidade pode ter de mudar de posição durante o exame para facilitar a progressão do colonoscópio. Durante a colonoscopia o médico vai insuflando ar através do colonoscópio, o que permite a distensão do intestino, a progressão e a correta observação. O doente pode sentir algum desconforto abdominal, nomeadamente cólicas. Uma colonoscopia total pode demorar, em média 20 minutos, dependendo da maior ou menor dificuldade na progressão ao longo do intestino.

### Preparação para o exame

É muito importante que o intestino esteja bem limpo. Deve seguir rigorosamente todas as instruções que lhe são fornecidas para a limpeza intestinal. Esta pode ser feita com vários produtos que estão à venda nas farmácias sem necessidade de receita médica (Klean-Prep<sup>®</sup>, Endofalk<sup>®</sup>, Moviprep<sup>®</sup>). Opte por aquele que melhor se adapta às suas necessidades e hábitos diários. As instruções para utilização de cada um destes medicamentos são fornecidas em anexo.

Na semana anterior ao exame deve evitar as fibras alimentares e os medicamentos com ferro. Nos dois dias anteriores ao exame deve fazer uma dieta pobre em resíduos (evitar frutos e legumes). **NAS DUAS HORAS ANTERIORES À HORA DO EXAME DEVE ESTAR EM JEJUM ABSOLUTO (NÃO INGERIR NADA).**

No caso de sofrer de obstipação (menos de três dejeções por semana), deverá fazer dieta líquida na véspera do exame (água, sumos de fruta sem polpa, canja, chá, café).

Caso seja diabético, só deverá voltar a fazer a medicação após a primeira refeição depois do exame.

! Deve fazer-se acompanhar dos exames radiológicos e endoscópicos já efetuados.

### Se optar por realizar o exame com anestesia:

Os exames endoscópicos poderão ser realizados com anestesia. O Anestesta procede a uma sedação, não sendo necessário qualquer internamento. Neste caso deverá, além das medidas atrás descritas:

- ➔ Fazer-se acompanhar por outra pessoa.
- ➔ Ser portador da lista de medicação habitual, bem como de informação relativa a eventuais alergias (a medicamentos, alimentos, etc)
- ➔ Caso padeça de doença crónica, deverá ser portador de exames anteriores

**O DOENTE TEM ALTA 30 A 45 MINUTOS APÓS O EXAME COM SEDAÇÃO, E NÃO PODERÁ CONDUZIR DURANTE UM PERÍODO DE 12 HORAS!**

### Reações adversas

São habitualmente transitórias, incluindo cólicas abdominais, flatulência e sensação de “pressão intestinal”. A colonoscopia apresenta um pequeno risco de complicações:

- reações relacionadas com a preparação intestinal (náuseas, vômitos, dor abdominal)
- reações adversas à sedação endovenosa (complicações cardiopulmonares).
- hemorragia e perfuração, designadamente quando há remoção de pólipos.

### Exame endoscópico com polipectomia

A polipectomia permite a remoção dos pólipos (tumores benignos). No caso de ser submetido a este tratamento, adicionalmente às instruções anteriores, deverá;

- ➔ Se possível, apresentar hemograma e estudo da coagulação (INR, protrombinemia).
- ➔ No caso de tomar anticoagulantes ou antiagregantes, que são os medicamentos que se utilizam para tornar o sangue mais fluído (“mais fino”) (Varfine<sup>®</sup>, Cartia<sup>®</sup>, Aspirina<sup>®</sup>, AAS<sup>®</sup>, Tromalyt<sup>®</sup>, Plavix<sup>®</sup>, Tiklyd<sup>®</sup>, Pradaxa<sup>®</sup>, etc), deverá consultar o médico que controla o tratamento; em caso de dúvida, directamente ou através do seu médico assistente, poderá contactar-nos. Após a polipectomia, se aparecer sangue em várias dejeções, se surgirem coágulos, febre superior a 37,8°C, ou se persistirem as queixas de dor abdominal – nestes casos o doente deverá recorrer ao Serviço de Urgência.

### **PREPARAÇÃO - DIETA NOS 2 DIAS ANTES DO EXAME** (Almoço e jantar)

☞ **Pode comer:** Sopas brancas (batata, arroz e massa), caldos de carne e peixes magros, cozidos ou grelhados. Arroz, puré de batata. Ovo cozido. Pão branco, biscoitos secos, queijo fresco, iogurte, gelatina (exceto de morango, pois pode interferir durante o exame) ☞ **Não pode comer:** Frutos ou legumes.

**Medicamentos:** Não é habitualmente necessário suspender os medicamentos que toma diariamente.

**Não esquecer, caso seja Diabético, não faça a sua medicação para a diabetes até à próxima refeição normal depois do exame. Vá controlando durante o dia!**

<b>Exame no período da MANHÃ:</b>	<b>Exame no período da TARDE:</b>
Véspera do exame: faça, como habitualmente as 2 primeiras refeições do dia (pequeno almoço e almoço), depois não coma mais nada sólido. A partir das 18:00-19:00 horas: comece a beber a solução escolhida para preparação cólica. Não pode jantar! Beber toda a quantidade na véspera do exame.	No dia do exame não pode comer nas 4 horas antes de iniciar a preparação A partir das 7:00 horas: comece a beber a solução escolhida para preparação cólica.

☞ **Escolha apenas 1 das 3 preparações mencionadas para limpeza intestinal.**

☞ **Ingerir a totalidade do preparado**

**... o que lhe vai provocar a emissão das dejeções de água praticamente limpa.**

<b>Klen-Prep®:</b>	<b>Endofalk®:</b>	<b>Moviprep®:</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Dissolver o conteúdo de uma saqueta num litro de água morna (água da torneira ou mineral sem gás).</li><li>2. Misture bem.</li><li>3. Prepare assim os 4 litros de solução necessários para preparação, 1 saqueta para 1 cada litro de água.</li><li>4. Beba um copo grande de solução, 250 ml a cada 15 minutos (1 litro da solução por hora). Deve beber sempre os 4 litros de Klean-Prep, mesmo que lhe pareça que não é necessário.</li><li>5. Caso não consiga beber de forma contínua as soluções para preparação (devido ao sabor ou grande volume) pode fracionar a preparação, bebendo 2 litros na véspera e 2 litros no dia do exame.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Dissolva o conteúdo de 2 saquetas num litro de água morna (água da torneira ou mineral sem gás).</li><li>2. Misture bem.</li><li>3. Prepare assim os 3 litros de solução necessários para preparação, 2 saquetas para 1 cada litro de água)</li><li>4. Beba um copo grande de solução, 250 ml a cada 15 minutos (1 litro da solução por hora). Deve beber sempre os 3 litros de Endofalk, mesmo que lhe pareça que não é necessário.</li><li>5. Caso não consiga beber de forma contínua as soluções para preparação (devido ao sabor ou grande volume) pode fracionar a preparação, bebendo 1,5 litros na véspera e 1,5 litros no dia do exame.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Dissolver o conteúdo de ambas as saquetas A e B (embaladas em conjunto) num litro de água (água da torneira ou mineral sem gás)</li><li>2. Mexa até todo o pó se ter dissolvido e a solução se apresentar transparente ou ligeiramente turva. Isto pode demorar até 5 minutos.</li><li>3. Beba o primeiro litro da solução Moviprep® em uma a duas horas. Deve beber um copo cheio de 15 em 15 minutos. Beba no mínimo ½ litro de líquidos simples</li><li>4. Logo de seguida, ou se preferir na manhã do exame, prepare o segundo litro de Moviprep® e proceda seguindo as instruções 1, 2, e 3.</li></ol>

☞ <b>DEVEM PASSAR PELO MENOS 2 HORAS ENTRE O FINAL DA INGESTÃO DOS LÍQUIDOS E O INÍCIO DA COLONOSCOPIA.</b>	☞ <b>SE TIVER DIFICULDADE EM PERMANECER EM JEJUM ATÉ À HORA DO EXAME PODE BEBER CHÁ AÇUCARADO, REFRIGERANTES SEM GÁS, UM CAFÉ FRACO. NÃO PODE BEBER LEITE NEM BEBIDAS ALCOÓLICAS</b>	☞ <b>CASO TENHA DIFICULDADE EM BEBER A QUANTIDADE DE SOLUÇÃO PREPARADA À VELOCIDADE INDICADA (1 LITRO/HORA), COMECE MAIS CEDO E BEBA MAIS ESPAÇADAMENTE (EXEMPLO DE 30 EM 30 MINUTOS)</b>	☞ <b>PODE ALTERAR O GOSTO DAS PREPARAÇÕES ADICIONANDO SUMO DE LIMÃO/LARANJA. PODE REFRESCAR O PREPARADO NO FRIGORÍFICO. TORNA O SABOR MAIS AGRADÁVEL.</b>	☞ <b>SE APÓS BEBER 2 LITROS DE SOLUÇÃO NÃO EVACUAR E SENTIR CÓLICAS INTENSAS, INTERROMPA A PREPARAÇÃO E CONTACTE O MÉDICO ASSISTENTE.</b>
---	--	---	---	---