



INSTRUCCIONES PARA EL ESTREÑIMIENTO CRÓNICO CON MiraLAX DURANTE 2 DÍAS **¡Favor de leer las instrucciones por lo menos una semana antes del procedimiento!**

- El médico necesita examinarle la parte interna del intestino grueso o colon. El medicamento que tomará en preparación para ello es un laxante que le provocará numerosas evacuaciones. Esto limpieza del colon es parte de una buena preparación para poder obtener los máximos resultados.
- Es de suma importancia que usted, un pariente o amigo comprenda estas indicaciones. El no seguir estos pasos al pie de la letra, puede resultar en la necesidad de hacer la preparación y el procedimiento una segunda vez.
- Si tiene alguna pregunta o si necesita asistencia en comprender las instrucciones, favor de llamar a nuestro consultorio, y responderemos sus preguntas en su idioma preferido mediante un intérprete por teléfono.

SE LO SEDARÁ PARA EL PROCEDIMIENTO, ASÍ QUE DEBE TENER A ALGUIEN QUE LO LLEVE A CASA. NO DEBE VOLVER A CONDUCIR HASTA LA MAÑANA POSTERIOR AL PROCEDIMIENTO.

No puede tomar un taxi, autobús, MAX ni ningún tipo de transporte público a menos que lo acompañe un adulto. **Los conductores o acompañantes adultos se confirmarán en el momento del ingreso, o se reprogramará el procedimiento.** Comuníquese directamente con el consultorio para conocer las instrucciones específicas para el conductor.

LO QUE NECESITARÁ:

- Frasco de 238 gramos de polvo MiraLAX (de venta libre).
- Botella de 64 onzas de una bebida deportiva como Gatorade, Propel o Powerade para mezclar MiraLAX. NO ROJA NI PURPURA.
- Frasco de 10 onzas de citrato de magnesio verde o transparente (de venta libre). NO ROJA NI PURPURA.
- 4 Dulcolax, comprimidos de laxante de 5 mg (bisacodilo) (de venta libre).
- Abastecimientos para una dieta de líquidos claros para dos días y medio (refiérase a la OJA DE INFORMACIÓN SOBRE LA DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS PARA UNA ENDOSCOPIA).
- Recomendaciones: vaso con popote y tapa para beberse el medicamento de preparación, toallitas húmedas, crema para la irritación en la piel por las numerosas evacuaciones (refiérase a la OJA DE INFORMACIÓN SOBRE LA DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS PARA UNA ENDOSCOPIA al final de estas instrucciones).

PREPARACIÓN:

- Es importante continuar tomándose en el horario normal todos sus medicamentos recetados mientras lleva a cabo el proceso de preparación. Puede tomarse los medicamentos hasta 4 horas antes del procedimiento, PARTICULARMENTE los medicamentos para la PRESIÓN ARTERIAL o el CORAZÓN, las CONVULSIONES y el DOLOR, a menos que el médico le indique lo contrario.
- En caso de que la administración de medicamentos sea a la misma hora que también debe tomarse el medicamento de preparación, o si tiene que administrárselos durante las 4 horas antes del procedimiento, quizá tendrá que tomárselos más temprano de lo normal.
- Si es diabético, consulte la hoja separada de instrucciones para conocer los detalles sobre el ajuste de los medicamentos para la diabetes e instrucciones adicionales de preparación.

A partir de los 7 días previos al procedimiento:

1. INTERRUMPA TODOS LOS SUPLEMENTOS Y MEDICAMENTOS A BASE DE HIERBAS

- a. Esto incluye, entre otros: hierro, vitamina E, jengibre, ajo, valeriana y aceite de pescado.
 - b. Puede seguir usando un multivitamínico.
- 2. SUSPENDER EL CONSUMO DE NUECES, SEMILLAS Y GRANOS INTEGROS VISIBLES**
- a. Ejemplos de nueces/semillas/granos visibles son: granos integrales en los panes, cereales, quínoa, avena, semillas de amapola, ajonjolí, palomitas, nueces, todas las frutas con semillas visibles que no pueden extraerse [tales como los arándanos (puede comer arándano azul) y las jaleas/conservas]. Puede comer alimentos como tomate, pepino, melón, manzana, naranja, etc., si se logra extraer las semillas.
- 3. SI USA COUMADIN (warfarina), PLAVIX O ALGÚN OTRO MEDICAMENTO ANTICOAGULANTE**
- a. Consulte el folleto "Agentes anticoagulantes" para obtener más instrucciones. Asegúrese de que entiende si debe dejar de usar el anticoagulante o no. Si tiene preguntas, llame a nuestro consultorio o al médico que receta el medicamento.

A partir los 2 días antes del procedimiento:

- 1. INICIE UNA DIETA DE LÍQUIDOS TRANSPARENTES (Para indicaciones y ejemplos, refiérase a la OJA DE LA DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS PARA UNA ENDOSCOPIA.)**
 - a. **Comience cuando despierte. No se debe ingerir ningún tipo de alimento sólido en todo el día.** Es esencial mantenerse hidratado. Por lo tanto, consumir líquidos con frecuencia todo el día, y beber agua en abundancia, por lo menos 8 vasos al día.
 - b. Para evitar sentir demasiada hambre, asegúrese de agregar algunas de las porciones altas en proteína. También necesita caloría, por lo tanto, es importante elegir ciertas opciones que contienen azúcar, incluso en el caso de ser diabético.
 - c. Recuerde, ¡NO CONSUMIR líquidos ROJOS NI PÚRPURA (MORADOS)! (Podría darle un aspecto inflamado al colon).
 - d. **¡ABSOLUTAMENTE NADA DE ALCOHOL!**
- 2. A las 10:00 a. m.**
 - a. Tome 1 comprimido de Dulcolax. Continúe la dieta con líquidos claros el resto del día.

A partir de 1 día antes del procedimiento:

- 1. INICIE UNA DIETA DE LÍQUIDOS TRANSPARENTES (líquidos a través de los cuales puede ver, que no contienen ninguna partícula sólida ni pulpa)**
- 2. A las 10:00 a. m.**
 - a. Tome 1 comprimido de Dulcolax.
- 3. A las 5:00p. m.**
 - a. Tome 1 comprimido de Dulcolax.
- 4. A las 6:00 p. m.**
 - a. Beberse la botella de 10 onzas de citrato de magnesio. Para evitar las náuseas, debería tomárselo en el transcurso de 15 minutos.
- 5. A las 7:00 p. m. COMIENCE A TOMARSE LA PREPARACIÓN LAXANTE:**
 - a. Mezcle todo el frasco de MiraLAX en 64 onzas de una bebida para deportistas como Gatorade, Propel o Powerade (NO ROJA NI PURPORA). Mezcle hasta que se disuelva por completo.
 - b. Beba la mitad de la mezcla (32 onzas) a una velocidad de un vaso de 8 onzas cada 15 a 20 minutos. Esto debe tener tomarle de 1 a 1 hora y media.
 - c. Refrigere la mitad sobrante de la mezcla para el siguiente día.
 - d. Prepárese, ya que a veces el medicamento hace efecto de inmediato. Sin embargo, tome varias horas para que algunas personas tengan su primera evacuación. En cualquier caso, prepárese para pasar mucho tiempo en el inodoro (la taza del baño). Posiblemente pase toda la noche evacuando.
 - e. Continuar tomando agua en cantidad y líquidos claros de su elección toda la noche. **Esto es un paso necesario para una hidratación adecuada y una preparación efectiva.**

A partir del día del procedimiento:

- 1. SIGA CON LA DIETA DE LÍQUIDOS TRANSPARENTES Y LA PREPARACIÓN DEL LAXANTE**

- a. De nuevo, no se debe ingerir ningún tipo de alimento sólido antes del procedimiento. Siga con la dieta de líquidos transparentes, según se indica arriba.
- 2. 7 HORAS ANTES del procedimiento, BEBA LA PREPARACIÓN SOBRENTE DEL LAXANTE:**
- a. Tome el comprimido sobrante de Dulcolax.
 - b. Beba el resto de la mezcla de MiraLAX a una velocidad de un vaso de 8 onzas cada 15 a 20 minutos hasta que se termine.
 - c. Beba otros 3 vasos de 8 onzas de líquido transparente durante la siguiente hora.
 - d. **Anticipar otra serie de evacuaciones, que posiblemente continúen hasta que salga de la casa. Las evacuaciones deberían hacerse más claras hasta que tengan un aspecto similar a la orina.**
 - e. Siga bebiendo **líquidos transparentes** hasta 4 horas antes de la cita programada.
 - f. No se le olvide tomarse todos los medicamentos recetados que administrarse en las próximas cuatro a seis horas.
- 3. 4 HORAS ANTES del procedimiento:**
- a. Por las próximas 4 horas no puede TOMAR NADA MÁS, incluso NO DEBE MASTICAR GOMA, MENTAS, CAMELOS DUROS, TABACO, ETC. Una acumulación de líquidos en el estómago, incluso saliva, implica un mayor riesgo de vomitar y posiblemente aspirar líquidos hacia los pulmones durante la sedación.
 - b. Hay una sola excepción: en caso de tener que tomarse un medicamento esencial, y que no es posible administrarse 4 a 6 horas antes, puede tomárselo hasta 2 horas antes del procedimiento, PERO SOLAMENTE CON UN SORBO DE AGUA (no más de 2 a 3 CUCHARADAS).
 - c. POR SU SEGURIDAD...El no cumplir al pie de la letra estas instrucciones resultará en la suspensión del procedimiento y se programará para otra fecha.
 - d. RECUERDE: Debe presentarse antes de la hora programada para el procedimiento para registrarse. Si no tiene la certeza de la hora en que debe presentarse, comuníquese con el consultorio para averiguarlo y anótelos acá_____.

INSTRUCCIONES ADICIONALES:

- Para las pacientes: SI USTED ESTÁ EMBARAZADA O NO TIENE LA CERTEZA SI LO ESTÁ O NO, EL PROCEDIMIENTO SERÁ SUSPENDIDO AL PRESENTARSE EN EL CONSULTORIO. Le recomendamos encarecidamente, que si no tiene la certeza, se haga una prueba de embarazo. Favor de llamarnos antes de la fecha del procedimiento para hablar sobre si está o podría estar embarazada.
- Si usa un inhalador para el asma o la COPD, llévelo con usted al procedimiento.
- Lleve su tarjeta de seguro y foto de identificación al procedimiento.
- No lleve objetos de valor al procedimiento.
- Sus familiares y amigos no pueden ver el procedimiento.
- Por la seguridad de nuestros pacientes y del personal, le pedimos que deje todas las armas en casa.
- Hay un cargo de \$100 por las citas omitidas que no se cancelen o reprogramen con 3 días hábiles de anticipación.

PARA LA PRIVACIDAD DE LOS PACIENTES, LOS CELULARES Y DEMÁS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS DEBEN APAGARSE Y GUARDARSE MIENTRAS SE PERMANEZCA EN LA SALA DEL PROCEDIMIENTO. SE PROHIBE LA TOMA DE FOTOGRAFÍAS Y LA GRABACIÓN DE VIDEO.