



Hướng dẫn Chế độ ăn uống và Dùng thuốc cho Bệnh nhân Tiểu đường để Chuẩn bị cho Nội soi đại tràng\Nội soi đại tràng Sigma Linh động

Sau đây là thông tin khuyến cáo về cả chế độ ăn uống và dùng thuốc cho bệnh nhân tiểu đường tiến hành các thủ thuật nội soi. Vui lòng gọi điện nếu quý vị có thắc mắc liên quan đến các đề xuất này. Tùy thuộc vào tình hình cụ thể của quý vị, chúng tôi có thể chuyển quý vị trở lại cho Bác sĩ Chăm sóc Chính (PCP) của quý vị hoặc Bác sĩ chuyên khoa nội tiết để hướng dẫn thêm.

Đối với người bị bệnh tiểu đường, bất kỳ thủ thuật nào khiến cho quý vị phải bỏ bữa ăn hoặc thay đổi chế độ bữa ăn thông thường đều phải được lên kế hoạch cụ thể để kiểm soát an toàn glucose trong máu.

- Lên lịch tiến hành thủ thuật sớm trong ngày để quý vị có thể ăn sau đó và uống thuốc càng gần với thời gian uống thuốc thông thường càng tốt.
- Kiểm tra hàm lượng glucose trong máu của quý vị trước tất cả các bữa ăn và lúc đi ngủ vào ngày chuẩn bị và vào ngày tiến hành thủ thuật.
- Kiểm tra glucose trong máu nếu bất kỳ lúc nào quý vị có triệu chứng lượng glucose trong máu thấp hoặc quá cao.
- Nếu quý vị đang dùng thuốc pha 2 ngày hoặc 3 ngày, vui lòng làm theo các hướng dẫn này cho mỗi ngày quý vị áp dụng chế độ ăn uống chất lỏng trong suốt.

CHẾ ĐỘ ĂN UỐNG: Liên quan đến hướng dẫn và thí dụ của BẢN HƯỚNG DẪN CHẤT LỎNG TRONG SUỐT UỐNG THEO CHỈ ĐỊNH CHO NỘI SOI.

- Mục tiêu hướng tới là 45 gram carbohydrate cho bữa chính và 15-30 gram carbohydrate cho bữa phụ. Nhớ là chất lỏng KHÔNG ĐỎ hoặc TÍM!) Tìm mua sản phẩm có hương vị TRONG SUỐT, VÀNG, XANH LỤC HOẶC XANH LAM (ví dụ: chanh vàng, chanh xanh, táo, nho xanh, đào, chuối, quả mâm xôi xanh).
- Nạp đủ lượng chất đạm là điều quan trọng. Tìm loại nước uống chất đạm trong suốt như là Atkins Lift Protein Drinks, Ensure Active Clear, và Boost Breeze, có thể tìm thấy tại các siêu thị thực phẩm và các nhà thuốc và trên mạng. CHÚ Ý: Nếu bạn chỉ tìm được loại có màu đỏ hay tím, có thể chấp nhận để uống một lượng hạn chế, nhưng không được nhiều hơn hai chai hay lon mỗi 24 tiếng đồng hồ, tốt nhất là pha với dung dịch trong suốt khác, như là club soda, Sprite/7-Up, nước khoáng, v.v.

<u>Loại Thực phẩm:</u>	<u>Lượng carbohydrate (gram)</u>
Ensure Clear - đào (115ml)	18
Boost Breeze*-không đỏ (115ml)	27
Nước ép táo trong suốt (không phải rượu táo) (115ml)	15
Nước ép nho xanh (115ml)	20
Thức uống dành cho vận động viên như Gatorade	14
Gelatin (Jell-O), loại thường có đường (8 muỗng canh)	15
Kem que (đọc nhãn dán)	15
Kem Ý – không phải kem trái cây (đọc nhãn dán)	30
Nước dừa (8 ounces)	11
Đường (để pha vào cà phê hoặc trà) (1 thìa cà phê hoặc một gói nhỏ)	4

Atkins Lift Protein Drink	0
Nước lèo, nước canh thịt hoặc nước dùng không mỡ	0
Sôđa trong suốt cho người ăn kiêng	0
Cà phê	0
Trà, không đường hoặc cho người ăn kiêng	0
Nước khoáng thiên nhiên có ga	0
Nước có hương vị	0

* Có thể không có bán tại địa phương, nhưng có thể đặt mua qua mạng. Hãy kiểm tra các hiệu thuốc tây tại địa phương.

THỰC ĐƠN MẪU

**Tránh các loại thực phẩm có màu đỏ hoặc có phẩm màu đỏ (hương vị anh đào, quả mọng hoặc nho).
Ăn dặm suốt ngày và uống thật nhiều nước.**

Bữa sáng:	Bữa trưa:	Bữa tối:
Nước ép táo hoặc nho trắng (16 muỗng canh) Gelatin có đường thông thường (16 muỗng canh) Trà chanh	Nước lèo Kem Ý (8 muỗng canh) Trà chanh Gelatin có đường thông thường (8 muỗng canh)	Nước lèo Nước ép táo hoặc nho trắng (16 muỗng canh) Trà chanh Gelatin có đường thông thường (8 muỗng canh)

ĐIỀU CHỈNH LIỀU THUỐC TIỂU ĐƯỜNG CỦA BẠN::

- Theo những hướng dẫn này từ lúc bắt đầu uống dung dịch trong suốt cho đến khi phẫu thuật nội soi.
- **Không được tăng hoặc "dùng bù" bất kỳ loại thuốc nào đã bỏ qua sau thủ thuật.**

Nếu quý vị dùng:	NGÀY TRƯỚC NGÀY TIẾN HÀNH THỦ THUẬT (Ngày Chuẩn bị)			NGÀY TIẾN HÀNH THỦ THUẬT	
	<u>Buổi sáng</u>	<u>Bữa trưa/ Bữa tối</u>	<u>Lúc đi ngủ</u>	<u>Buổi sáng</u>	
Actos (pioglitazone) Actoplus Met (pioglitazone & metformin) Avandia (Rosiglitazone) Avandamet (Rosiglitazone maleate & metformin hcl) Byetta (exenatide) Farxiga (dapagliflozin)	Glucophage (metformin) Invokana (canagliflozin) Januvia (sitagliptin) Janumet (sitagliptin and metformin HCl) Nesina (alogliptin) Onglyza (saxagliptin) Tradjenta (linagliptin)	Dùng liều thông thường	Dùng liều thông thường	-	Dùng liều thông thường

Nếu quý vị dùng:	<u>Buổi sáng</u>	<u>Bữa trưa/Bữa tối</u>	<u>Lúc đi ngủ</u>	<u>Buổi sáng</u>	
Amaryl (glimepiride), Avandaryl (glimepiride & rosiglitazone) DiaBeta (glyburide) Glynase (glyburide) Micronase (glyburide) Duetact (pioglitazone & glimepiride) Glucotrol/Glucotrol XL (glipizide)	Glucovance (glyburide & metformin) Jardiance (empagliflozin) Metaglip (glipizide & metformin HCl) Prandin (repaglinide) Starlix (nateglinide) Victoza (liraglutide)	Không dùng	Không dùng	Không dùng	Không dùng
Lantus or Levemir		-	Dùng liều thông thường	Dùng ½ liều thông thường	
Humalog, Novolog, Insulin Thường hoặc Insulin NPH. Nếu sử dụng thuốc tính liều insulin, quý vị có thể tiếp tục sử dụng.		Dùng ½ liều lượng thông thường nếu quý vị dùng liều cố định - HOẶC – Đảm bảo đủ lượng carbohydrate theo tỷ lệ carbohydrate thông thường	-	Không dùng	
Insulin pha sẵn; 75/25, Novolin 70/30 hoặc Hỗn hợp Novolog 70/30		Dùng ½ liều thông thường vào bữa tối	-	Không dùng	
Các thuốc tiêm không-insulin: Bydureon (exenatide), Tanzeum (albiglutide), Trulicity (dulaglutide)	Chỉ tiêm chích khi liều thuốc tiêm hàng tuần của bạn đến hạn trong thời điểm này.				