



Gastroenterology

Specialty Medicine with Commitment, Care and Compassion

HƯỚNG DẪN ĐIỀU TRỊ TÁO BÓN MÃN TÍNH TRONG 2 NGÀY BẰNG MiraLAX

QUÝ VỊ SẼ ĐƯỢC CHO DỪNG THUỐC AN THẦN ĐỂ TIẾN HÀNH THỦ THUẬT, NÊN PHẢI CÓ NGƯỜI LÁI XE ĐƯA QUÝ VỊ VỀ NHÀ. QUÝ VỊ KHÔNG NÊN LÁI XE LẠI CHO ĐẾN SÁNG NGÀY HÔM SAU NGÀY TIẾN HÀNH THỦ THUẬT.

Quý vị không được đi Taxi, xe buýt, MAX hoặc bất kỳ loại phương tiện giao thông công cộng nào trừ khi có một người trưởng thành đi cùng. ***Người lái xe hoặc người trưởng thành đi cùng sẽ được xác nhận tại thời điểm làm thủ tục nhập viện, nếu không thì thủ thuật của quý vị sẽ bị đổi lịch.*** Vui lòng liên lạc trực tiếp với văn phòng để được hướng dẫn cụ thể về người lái xe.

- Xin vui lòng đọc các hướng dẫn ít nhất một tuần trước khi làm phẫu thuật nội soi!
- Bác sĩ của bạn cần nhìn được rõ bên trong đại tràng hay trực tràng của bạn. Thuốc mà bạn sẽ uống là thuốc xổ mà nó sẽ khiến cho bạn cho đi tiêu nhiều lần. Việc này sẽ tẩy ruột của bạn để bạn sẽ có được kết quả tốt hay sự “chuẩn bị” hay “rửa ruột” tốt.
- Rất là quan trọng khi bạn và người thân hay người bạn của bạn hiểu tường tận những hướng dẫn này. Nếu bạn không theo những bước hướng dẫn, bạn có thể phải tẩy ruột và phẫu thuật nội soi lần thứ nhì.
- Nếu bạn có bất kỳ thắc mắc hoặc cần giúp đỡ để hiểu các hướng dẫn xin vui lòng gọi cho văn phòng của chúng tôi và chúng tôi sẽ có một thông dịch viên qua điện thoại để trả lời các câu hỏi của bạn bằng ngôn ngữ chọn lựa của bạn.

VẬT DỤNG CẦN THIẾT:

- 01 chai 238g thuốc bột **MiraLAX** (thuốc bán không kê toa).
- 01 chai 1800ml một loại thức uống dành cho vận động viên như Gatorade, Propel hoặc Powerade để pha với MiraLAX. **Tránh thứ nào có màu ĐỎ hay TÍM**
- 01 chai 250ml **magnesium citrate** xanh lục hoặc trong suốt (thuốc bán không kê toa). **Tránh thứ nào có màu ĐỎ hay TÍM.**
- 4 viên **Dulcolax**, thuốc nhuận tràng dạng viên nén 5mg (bisacodyl) (thuốc bán không kê toa).
- Chất lỏng trong suốt uống theo chỉ định một ngày trước và vào ngày phẫu thuật nội soi của bạn (Xem **BẢN CHỈ DẪN CHẤT LỎNG TRONG SUỐT UỐNG THEO CHỈ ĐỊNH CHO NỘI SOI**)
- Đề nghị: uống thuốc tẩy ruột trong ly có ống hút và nắp, khăn giấy ướt, kem chống hăm. (Xem **NHỮNG MẸO HỮU ÍCH ĐỂ CHUẨN BỊ CHO PHẪU THUẬT SOI RUỘT** ở phía cuối của hướng dẫn này.)

CHUẨN BỊ:

- Một điều quan trọng là tiếp tục uống tất cả các thuốc theo toa chỉ định mà bạn thường uống hàng ngày trong khi bạn hoàn tất việc tẩy ruột, cho tới 4 tiếng đồng hồ trước khi phẫu thuật nội soi của bạn, **ĐẶC BIỆT LÀ** thuốc **CHO HUYẾT ÁP** và **TIM MẠCH**, thuốc **CHỐNG-CO-GIẬT**, và thuốc **GIẢM ĐAU**, trừ khi bác sĩ có yêu cầu khác.
- Nếu đến giờ bạn uống thuốc trong thời điểm mà bạn đáng lẽ uống thuốc tẩy ruột hay nếu đến vào thời điểm 4 tiếng đồng hồ trước khi phẫu thuật nội soi của bạn, bạn có thể cần phải uống chúng sớm hơn thời gian thường ngày. Kiểm tra lại với bác sĩ cấp thuốc cho bạn nếu bạn cần thêm hướng dẫn
- Nếu quý vị bị bệnh tiểu đường, vui lòng tham khảo tờ hướng dẫn riêng để biết thông tin chi tiết về việc điều chỉnh dùng thuốc và các hướng dẫn chuẩn bị bổ sung đối với bệnh nhân tiểu đường.

Bắt đầu 7 ngày trước khi quý vị tiến hành thủ thuật:

1. NGỪNG DÙNG TẤT CẢ CÁC LOẠI THẢO DƯỢC VÀ THUỐC BỔ

- a. Bao gồm nhưng không giới hạn: Sắt, vitamin E, gừng, tỏi, rễ cây nữ lang và dầu cá.
- b. Quý vị có thể tiếp tục uống vitamin tổng hợp.

2. NGỪNG ĂN CÁC LOẠI ĐẬU, HẠT, VÀ NGŨ CỐC NGUYÊN HẠT CÓ THỂ NHÌN THẤY.

- a. Thí dụ cho các loại đậu/hạt/ngũ cốc có thể nhìn thấy: ngũ cốc nguyên hạt trong bánh mì hay thực phẩm ngũ cốc, hạt quinoa, mầm lúa mạch, hạt cây anh túc, hạt mè, đậu hạt, các loại trái cây với hạt có thể nhìn thấy nhưng không tách ra được (như là các loại dâu (berries) [blueberries thì được] và các loại mút từ các trái cây đó). Nếu có thể tách hạt được, bạn có thể ăn các thứ như cà chua, dưa leo, dưa gan, táo, cam, v.v.

3. **NẾU QUÝ VỊ DÙNG COUMADIN (warfarin), PLAVIX HOẶC BẤT KỲ LOẠI THUỐC CHỐNG ĐÔNG MÁU NÀO KHÁC**

- Vui lòng tham khảo tài liệu "Thuốc Chống đông Máu" để được hướng dẫn thêm. Xin lưu ý là quý vị phải hiểu rõ rằng mình có cần phải ngừng dùng thuốc chống đông máu hay không. Nếu quý vị có thắc mắc, hãy gọi cho văn phòng của chúng tôi hoặc bác sĩ kê toa của quý vị.

Bắt đầu 2 ngày trước khi quý vị tiến hành thủ thuật:

1. BẮT ĐẦU CHẾ ĐỘ ĂN UỐNG CHẤT LỎNG TRONG SUỐT (Liên quan đến sự chọn lựa cho BÀN HUỐNG DẪN CHẤT LỎNG TRONG SUỐT UỐNG THEO CHỈ ĐỊNH CHO NỘI SOI một ngày trước khi phẫu thuật nội soi của bạn.)

- Bắt đầu dùng khi quý vị tỉnh giấc. Không dùng bất kỳ loại thực phẩm rắn nào trong suốt cả ngày. Rất là quan trọng để giữ nước cho cơ thể, nên uống thường xuyên trong suốt cả ngày và uống nhiều nước, ít nhất là 8 ly.
- Để tránh bị quá đói, hãy đảm bảo chọn tiêu thụ một số chất đạm cao, và bạn cần calo, do đó, rất là quan trọng khi chọn một số thức uống có đường là, ngay cả đối với bệnh nhân tiểu đường
- Nhớ là chất lỏng **KHÔNG ĐỎ** hoặc **TÍM!** (Có thể làm cho ruột của bạn trông như là "bị viêm".)
- TUYỆT ĐỐI KIÉNG RƯỢU!**

2. Vào 10:00 sáng

- Uống 1 viên Dulcolax.

Bắt đầu 1 ngày trước khi quý vị tiến hành thủ thuật:

1. BẮT ĐẦU CHẾ ĐỘ ĂN UỐNG CHẤT LỎNG TRONG SUỐT (Liên quan đến sự chọn lựa cho BÀN HUỐNG DẪN CHẤT LỎNG TRONG SUỐT UỐNG THEO CHỈ ĐỊNH CHO NỘI SOI một ngày trước khi phẫu thuật nội soi của bạn.)

2. Vào 10:00 sáng:

- Uống 1 viên Dulcolax.

3. Vào 5:00 chiều:

- Uống 1 viên Dulcolax.

4. Vào 6:00 chiều

- Uống 1 chai MAGNESIUM CITRATE 250ml. Để tránh buồn nôn, xin hãy uống cách nhau 15 phút.
- Chột bụng đi tiêu có thể xảy ra trong 1-2 tiếng đồng hồ.

5. Vào 7:00 chiều

- Pha hết chai MiraLAX vào 1800ml một loại thức uống dành cho vận động viên như Gatorade, Propel hoặc Powerade (**Tránh thứ nào có màu ĐỎ hay TÍM**). Khuấy cho đến khi tan hoàn toàn.
- Uống một nửa lượng hỗn hợp (900ml) với tốc độ một ly 220ml mỗi 15-20 phút. Đợt uống này mất 1 đến 1,5 giờ.
- Cho nửa lượng hỗn hợp còn lại vào tủ lạnh để dùng cho ngày hôm sau.
- Hãy chuẩn bị sẵn sàng, đôi khi thức uống tẩy ruột có hiệu lực ngay lập tức. Tuy nhiên, nó có thể mất vài giờ trước khi một số người có sự đi tiêu đầu tiên của họ. Trong cả hai trường hợp, sẵn sàng dành nhiều thời gian đi vào nhà vệ sinh. Bạn có thể đi tiêu suốt đêm.
- Tiếp tục uống nhiều nước và các chất lỏng trong suốt theo sự lựa chọn của bạn suốt buổi tối. Đây là một bước cần thiết để đảm bảo giữ nước cho cơ thể và cho việc tẩy ruột được hiệu quả.

Bắt đầu ngày tiến hành thủ thuật của quý vị:

1. TIẾP TỤC CHẾ ĐỘ ĂN UỐNG CHẤT LỎNG TRONG SUỐT VÀ DÙNG THUỐC NHUẬN TRÀNG

- Xin nhắc lại, không dùng bất kỳ loại thực phẩm rắn nào trước khi tiến hành thủ thuật. Tiếp tục chế độ ăn uống chất lỏng trong suốt như trên.

2. 7 GIỜ TRƯỚC khi quý vị tiến hành thủ thuật, HÃY UỐNG PHẦN THUỐC NHUẬN TRÀNG CÒN LẠI:

- Uống 1 viên Dulcolax còn lại.
- Uống nốt nửa lượng hỗn hợp MiraLAX còn lại với tốc độ một ly 220ml mỗi 15-20 phút cho đến hết.
- Uống thêm 3 ly chất lỏng trong suốt 220ml trong giờ tiếp theo.
- Hãy mong đợi một loạt các lần đi tiêu, nó có thể tiếp tục tăng cho đến khi bạn rời khỏi nhà. phần đi ra ngoài phải trở nên trong suốt hơn cho đến khi nó trông giống như nước tiểu.
- Hãy đảm bảo rằng bạn đã uống tất cả các loại thuốc theo toa như thường lệ theo lịch trình mà bạn thường uống hàng ngày trong vòng 4-6 tiếng đồng hồ tới.

3. 4 GIỜ TRƯỚC khi quý vị tiến hành thủ thuật:

- Trong vòng 4 tiếng đồng hồ tới, bạn có thể **KHÔNG UỐNG THỨC GÌ**. Điều này cũng có nghĩa là **KHÔNG KẸO CAO SU, BẠC HÃ, KẸO NGẬM CỨNG, THUỐC LÁ LOẠI NHAI, V.V.** Có chất lỏng trong bao tử, kể cả

nhều nước vãi, sẽ khiến bạn có nguy cơ nôn mửa và có khả năng khiến dịch tràn vào phổi trong khi bạn đang được gây mê.

- b. Một ngoại lệ duy nhất: Nếu bạn có thuốc thiết yếu mà không thể uống 4-6 tiếng đồng hồ sớm hơn, thì nó có thể uống trên 2 tiếng đồng hồ trước khi phẫu thuật nội soi, **NHƯNG CHỈ CÓ THỂ VỚI MỘT NGỤM NƯỚC** (không được quá 2-3 muỗng canh)
- c. **CHO SỰ AN TOÀN CỦA BẠN...** Không tuân theo hướng dẫn sẽ dẫn đến phẫu thuật nội soi của bạn bị hủy và làm hẹn lại. **KHÔNG CÓ NGOẠI LỆ.**
- d. **HÃY NHỚ:** bạn phải có mặt sớm hơn giờ phẫu thuật nội soi quy định để hoàn tất thủ tục nhập viện. Liên lạc với bệnh viện của bạn nếu bạn không biết chắc giờ bạn cần có mặt và ghi vào đây: Giờ có mặt
_____.

HƯỚNG DẪN BỔ SUNG:

- Các bệnh nhân nữ: **NẾU BẠN ĐANG MANG THAI HAY KHÔNG BIẾT CHẮC NẾU BẠN ĐANG MANG THAI: PHẪU THUẬT NỘI SOI CỦA BẠN CÓ THỂ PHẢI HỦY KHI BẠN CÓ MẶT.** Chúng tôi nhấn mạnh đề nghị bạn thử thai nếu bạn không biết chắc. Xin gọi cho chúng tôi trước ngày phẫu thuật nội soi để thảo luận điều này nếu bạn có, hay có thể có, mang thai. Nếu quý vị sử dụng máy thở dành cho bệnh nhân hen suyễn hoặc tắc phổi mãn tính (COPD), vui lòng mang theo máy thở khi đến làm thủ thuật.
- Mang theo thẻ bảo hiểm của bạn và nhận dạng hình ảnh để các thủ tục.
- Không mang theo các đồ quý giá khi đến làm thủ thuật.
- Bạn bè và gia đình không được vào xem khi quý vị tiến hành thủ thuật.
- Vì sự an toàn của bệnh nhân và nhân viên, chúng tôi yêu cầu quý vị không mang theo các loại vũ khí khi đến làm thủ thuật.
- Nếu bỏ lỡ lịch hẹn tiến hành thủ thuật mà không hủy hoặc đổi lịch trước 3 ngày làm việc, thì quý vị sẽ phải trả một khoản phí 100\$.

ĐIỆN THOẠI RIÊNG HAY CÁC THIẾT BỊ LIÊN LẠC ĐIỆN TỬ KHÁC CỦA BỆNH NHÂN PHẢI ĐƯỢC TẮT ĐI VÀ ĐỂ MỘT NƠI KHÁC TRONG KHI Ở TRONG KHU VỰC PHẪU THUẬT. CHỤP HÌNH HAY THU ÂM ĐỀU BỊ CẤM.