

Chris Stuart, MD      Greg Frane, MD      Joel Sagedahl, MD      Jonathan Tallman, MD

Ngày \_\_\_\_\_ Thời gian hẹn khám \_\_\_\_\_ Địa điểm văn phòng: \_\_\_\_\_

Crystal office  
5700 Bottineau Blvd Suite 100  
Crystal, MN 55429

Rogers office  
21395 John Milless Dr Suite 100  
Rogers, MN 55374

Plymouth office  
1495 County Rd. 101 N  
Plymouth, MN 55447

**Vui lòng đến trước giờ hẹn 15-20 phút. Khoảng thời gian này được sử dụng để chuẩn bị cho thủ thuật.**

\*\*\*bạn phải sắp xếp một người lớn có trách nhiệm đưa bạn đến cuộc hẹn và đưa bạn về nhà.

Nếu bạn không có xe, bạn có thể đi taxi hoặc uber nếu có người lớn có trách nhiệm trong suốt chuyến đi.

Nếu không có người lớn có thể chịu trách nhiệm, thủ thuật sẽ được lên lịch lại hoặc bạn sẽ không được cấp thuốc.\*\*\*

**Các cuộc hẹn bị lỡ hoặc hủy muộn: Phải hủy nội soi đại tràng trước ít nhất 7 ngày hoặc có thể bị tính phí \$300 cho cuộc hẹn bị hủy muộn.**

Y tá phụ trách thủ thuật sẽ gọi điện cho bạn 2 tuần trước cuộc hẹn để xem lại quá trình chuẩn bị nội soi đại tràng, tiền sử sức khỏe, thuốc men của bạn và trả lời bất kỳ câu hỏi nào bạn có liên quan đến thủ thuật.

## **CHUẨN BỊ KÉP CHO NỘI SOI ĐẠI TRÀNG**

### **Các loại thuốc bạn cần mua:**

- **4 - Viên bisacodyl** (Thuốc nhuận tràng Dulcolax® **KHÔNG PHẢI** thuốc làm mềm phân Dulcolax®) mỗi viên chứa 5 mg bisacodyl.
- **2 chai 8,3 ounce bột Polyethylene Glycol (PEG) 3350** (MiraLAX, SmoothLAX, ClearLAX hoặc loại thuốc tương đương dạng thuốc thể hệ thứ hai)
- **128 oz. Gatorade® /Powerade®** (**KHÔNG** có hương vị màu đỏ hoặc tím) Gatorade® thông thường, Gatorade G2®, Powerade®, Powerade Zero®, Pedialyte hoặc Propel®.  
Tất cả các màu khác (vàng, xanh lá cây, cam, xanh lam) đều được.
- **Viên nén, viên nhai hoặc viên nang mềm Simethicone 80 mg hoặc 125 mg**
  - Simethicone có bán không cần đơn thuốc.
  - Nếu bạn mua viên nén 125 mg, hãy mua đủ lượng simethicone để uống 2 viên.
  - Nếu bạn mua viên nén 80 mg, hãy mua đủ lượng simethicone để uống 3 viên.
- **Thuốc Ondansetron (Zofran)** (chống buồn nôn) sẽ được gửi đến hiệu thuốc của bạn.

## CÁC LOẠI THUỐC CẦN PHẢI DỪNG

### 7 Ngày Trước Khi Làm Thủ Thuật

- Phentermine
- Dulaglutide (Trulicity®)
- Exenatide (Byetta®)
- Exenatide giải phóng kéo dài (Bydureon®)
- Liraglutide (Victoza®)
- Lixisenatide (Adlyxin®)
- Thuốc tiêm semaglutide (Ozempic®) (Wegovy)
- Viên nén semaglutide (Rybelsus®)
- Mounjaro (Tirzepatide®) (Zepbound®)

### 5 Ngày Trước Khi Làm Thủ Thuật

- Plavix (Clopidogrel)
- Coumadin/Warfarin
- Ibuprofen, Aleve, Naproxen, Meloxicam, Celebrex, Advil
- Tất cả các loại vitamin và thực phẩm bổ sung thảo dược

### 4 Ngày Trước Khi Làm Thủ Thuật

- Invokana
- Farxiga
- Jardiance
- Steglatro

### 2 Ngày Trước Khi Làm Thủ Thuật

- Arixtra®/Fondaparinux
- Pradaxa®/Dabigatran
- Xarelto®/Rivaroxaban

### 1 Ngày Trước Khi Làm Thủ Thuật

- Metformin
- Savaysa®/Edoxaban
- Lovenox®/Enoxaparin
- Eliquis®/Apixaban

## **Cách thức chuẩn bị cho thủ thuật nội soi đại tràng của bạn**

### **3 Ngày Trước Khi Nội Soi Đại Tr tràng:**

- \*Bắt đầu chế độ ăn ít chất xơ. KHÔNG trái cây hoặc rau sống (trái cây hoặc rau nấu chín thì được). KHÔNG thực phẩm chứa lúa mì nguyên cám hoặc thực phẩm nhiều chất xơ. Không hạt, bông ngô, cám hoặc chất tạo khối.
- \*Uống ít nhất 8 cốc nước 8 ounce trong ngày.

### **2 Ngày Trước Khi Nội Soi Đại Tr tràng:**

- Ngừng ăn thức ăn rắn vào buổi sáng.
- Bắt đầu chế độ ăn lỏng trong suốt (chất lỏng trong suốt bao gồm những thứ bạn có thể nhìn xuyên qua).
  - Những thứ sau đây **không được phép** trong chế độ ăn lỏng trong suốt: chất lỏng màu đỏ hoặc tím, đồ uống có cồn, sản phẩm từ sữa, sữa lắc protein, nước dùng kem, nước ép có bã, sản phẩm có chứa dầu và thuốc lá nhai.

#### **Từ 4h đến 6h chiều:** Drink Uống Miralax – chế phẩm Gatorade/Powerade

- Pha 1 chai Miralax với 64 oz chất lỏng (nên sử dụng tối thiểu 56 oz đồ uống điện giải để pha Miralax và có thể thêm tối đa 8 oz nước để đạt được 64 oz mong muốn).
- Uống 1 cốc 8 oz dung dịch Miralax/chất điện giải sau mỗi 15 phút cho đến khi hết hỗn hợp.
- Có thể uống một viên Ondansetron (Zofran) nếu buồn nôn

### **1 Ngày Trước Khi Nội Soi Đại Tr tràng:**

- Tiếp tục chế độ ăn lỏng trong suốt
- Vào buổi trưa: Uống 4 viên Bisacodyl (Dulcolax)
- Từ 4h đến 6h chiều: Uống chế phẩm Miralax – Gatorade/Powerade
  - Pha 1 chai Miralax với 64 oz chất lỏng (nên sử dụng tối thiểu 56 oz đồ uống điện giải để pha Miralax và có thể thêm tối đa 8 oz nước để đạt được 64 oz mong muốn).
  - Uống 1 – 8 oz dung dịch Miralax/điện giải cứ sau 15 phút cho đến khi hết hỗn hợp.
  - Với ly dung dịch Miralax – Gatorade cuối cùng: uống 240-250 mg simethicone.
    - Simethicone có bán không cần đơn.
    - Nếu bạn mua viên 125 mg, hãy mua đủ simethicone để uống 2 viên.
    - Nếu bạn mua viên 80 mg, hãy mua đủ để uống 3 viên.
- Có thể uống thêm một viên Ondansetron (Zofran) nếu cần để giảm buồn nôn

### **Ngày Thực Hiện Nội Soi Đại Tràng:**

Bạn có thể uống thuốc huyết áp, thuốc tim hoặc thuốc chống co giật với vài ngụm nước **3 giờ trước khi thực hiện thủ thuật hoặc sớm hơn**. Không dùng bất kỳ loại vitamin hoặc thực phẩm bổ sung dạng nhai nào. Để tránh bị hủy thực hiện thủ thuật, không sử dụng cần sa/THC vào ngày thực hiện thủ thuật.

Tiếp tục Chế độ ăn lỏng trong suốt trong vòng **3 giờ trước khi thực hiện thủ thuật**, sau đó ngừng uống. Xin nhắc lại, hãy tiếp tục tránh các loại chất lỏng màu đỏ và tím, đồ uống có cồn, các sản phẩm từ sữa, sữa lắc protein, nước dùng kem, nước ép có cùi, các sản phẩm có chứa dầu, thuốc lá nhai và ma túy bất hợp pháp. Việc sử dụng những thứ này sẽ khiến thủ thuật của bạn bị hủy.

- 3 giờ trước thời gian thực hiện thủ thuật (Ví dụ: 4:30 sáng đối với thủ thuật lúc 7:30 sáng)
  - **NGỪNG** uống tất cả các loại chất lỏng.
  - Không uống bất kỳ thứ gì trong thời gian này.
  - Dành thêm thời gian để di chuyển đến nơi thực hiện thủ thuật vì bạn có thể cần dừng lại và sử dụng nhà vệ sinh trên đường đi.

## **Các Ví Dụ Về Chế Độ Đồ Ăn Thức Uống Dạng Lỏng Trong Và Ít Chất Xơ**

### **Chế Độ Ăn Thức Uống Dạng Lỏng Trong**

- ❖ Nước dùng – gà, thịt bò hoặc rau
- ❖ Jell-O – Không có màu đỏ hoặc tím
- ❖ Kem que – Không có màu đỏ hoặc tím
- ❖ Nước ép trái cây không có cùi – Táo, Nho trắng
- ❖ Cà phê – **KHÔNG** có kem hoặc sữa
- ❖ Trà – nóng hoặc lạnh
- ❖ Đồ uống có ga – Coke/Pepsi, Coke ăn kiêng/Pepsi, Mountain Dew – Không có màu đỏ hoặc tím
- ❖ Gatorade/Đồ uống thể thao – Không có màu đỏ hoặc tím
- ❖ Nước – Thường, có ga hoặc có hương vị
- ❖ Đồ uống có hương vị trái cây – nước chanh
- ❖ Đảm bảo đồ ăn thức uống là trong suốt

### **Chế Độ Ăn Ít Chất Xơ**

<b>Thực phẩm được khuyến nghị</b>	<b>Thực phẩm cần tránh</b>
<b>Bánh mì, ngũ cốc, gạo và mì ống:</b>	<b>Bánh mì, ngũ cốc, gạo và mì ống:</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bánh mì trắng, bánh cuộn, bánh quy, bánh sừng bò và bánh mì nướng melba</li> <li>• Bánh quy giòn, chẳng hạn như bánh Saltines</li> <li>• Bánh quế, bánh mì nướng kiểu Pháp và bánh kếp</li> <li>• Cơm trắng, mì, mì ống, macaroni và khoai tây nấu chín đã gọt vỏ</li> <li>• Ngũ cốc nấu chín: Farina, Cream of Rice</li> <li>• Ngũ cốc lạnh: Gạo phồng, Rice Krispies, Corn Flakes và Special K</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bánh mì hoặc bánh cuộn với các loại hạt, hạt giống hoặc trái cây</li> <li>• Bánh mì lúa mì nguyên cám, bánh mì pumpernickel, bánh mì lúa mạch đen và bánh ngô</li> <li>• Khoai tây có vỏ, gạo lứt hoặc gạo hoang dã và kasha (kiều mạch)</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Rau:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rau nấu chín mềm và đóng hộp không có hạt: cà rốt, ngọn măng tây, đậu xanh hoặc đậu súp, bí ngô, rau bina, đậu lima</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Rau:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rau sống hoặc hấp</li> <li>• Rau có hạt</li> <li>• Sauerkraut</li> <li>• Bí mùa đông, đậu Hà Lan, bông cải xanh, cải Brussels, bắp cải, hành tây, súp lơ, đậu nướng, đậu Hà Lan và ngô</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Trái cây:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nước ép trái cây ép</li> <li>• Trái cây đóng hộp, trừ dứa</li> <li>• Táo xay</li> <li>• Chuối chín</li> <li>• Dưa lưới, dưa vàng và dưa mật</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Trái cây:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mận khô và nước ép mận</li> <li>• Trái cây sống hoặc khô</li> <li>• Tất cả các loại quả mọng, quả sung, quả chà là và nho khô</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Sữa/Sản phẩm từ sữa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sữa, không đường hoặc có hương vị</li> <li>• Kem</li> <li>• Sôcôla nóng</li> <li>• Kem chua</li> <li>• Sữa chua, sữa trứng và kem</li> <li>• Phô mai và phô mai tươi</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Sữa/Sản phẩm từ sữa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sữa chua kèm hạt</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Thịt và các loại Protein khác:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thịt bò, thịt cừu, giăm bông, thịt bê, thịt lợn, cá, thịt gia cầm và nội tạng – dạng xay, nấu chín kỹ</li> <li>• Trứng</li> <li>• Bơ đậu phộng không có hạt</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Thịt và các loại Protein khác:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thịt dai, xơ có sụn</li> <li>• Đậu khô, đậu Hà Lan và đậu lăng</li> <li>• Bơ đậu phộng với các loại hạt</li> <li>• Đậu phụ</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Chất béo, đồ ăn nhẹ, đồ ngọt, gia vị và đồ uống:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bơ thực vật, bơ, dầu, sốt mayonnaise, kem chua và nước sốt salad</li> <li>• Nước sốt thịt xay nguyên chất</li> <li>• Đường, thạch trong, mật ong và xi-rô</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Chất béo, đồ ăn nhẹ, đồ ngọt, gia vị và đồ uống:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Các loại hạt và dừa</li> <li>• Mứt, mứt cam và đồ bảo quản</li> <li>• Dưa chua, ô liu, tương ớt và cải ngựa</li> <li>• Tất cả các món tráng miệng có chứa hạt, trái cây sấy khô, dừa</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gia vị, thảo mộc nấu chín, nước dùng, nước luộc thịt và súp làm từ rau được phép</li> <li>• Ensure, Boost, hoặc Enlive mà không cần thêm chất xơ (Sô cô la hoặc Vani)</li> <li>• Cà phê, trà và đồ uống có ga</li> <li>• Bánh ngọt và bánh quy nguyên chất</li> <li>• Gelatin, bánh pudding nguyên chất, kem trứng, kem, kem trái cây, kem que</li> <li>• Kẹo cứng hoặc bánh quy xoắn</li> <li>• Sốt cà chua, mù tạt</li> </ul>	<p>hoặc làm từ ngũ cốc nguyên hạt hoặc cám</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kẹo làm từ hạt</li> <li>• Bông ngô</li> </ul>
--	---

## Mẹo

- Uống đủ nước trước và sau khi chuẩn bị để tránh mất nước.  
\*Chỉ uống nước vào ngày làm xét nghiệm (không ăn thức ăn rắn).  
\*KHÔNG uống bất cứ thứ gì trong vòng 2 giờ trước khi tiến hành Nội soi đại tràng.
- Ở gần phòng vệ sinh vì bạn sẽ bị tiêu chảy và có thể cần phải đi vệ sinh thường xuyên.
- Nếu bạn cảm thấy buồn nôn hoặc nôn, hãy súc miệng bằng nước, nghỉ ngơi 15 đến 30 phút rồi tiếp tục uống dung dịch. Bạn sẽ thấy khó chịu cho đến khi phân được đẩy ra khỏi đại tràng (trong khoảng 2-4 giờ). Bạn có thể cảm thấy hơi lạnh.
- Bôi thuốc mỡ A&D hoặc Vaseline vào hậu môn để tránh kích ứng nếu cần. Cũng có thể sử dụng khăn lau.
- Có thể mặc áo sơ mi ngắn tay trong quá trình thực hiện thủ thuật.

Bây giờ bạn đã được lên lịch nội soi đại tràng chẩn đoán hoặc sàng lọc, điều rất quan trọng là **bạn**, với vai trò là bệnh nhân, phải liên hệ với công ty bảo hiểm của mình và hỏi xem phạm vi bảo hiểm của bạn cho quy trình thủ thuật đã lên lịch là bao nhiêu.

Có những trường hợp nội soi đại tràng **sàng lọc** có thể trở thành nội soi đại tràng **chẩn đoán** trong quá trình thực hiện thủ thuật. Những trường hợp này có thể bao gồm nhưng không giới hạn ở những trường hợp sau: sinh thiết được thực hiện hoặc cắt bỏ polyp. Chúng tôi khuyến khích bạn liên hệ với công ty bảo hiểm của mình và thảo luận về cả hai thủ thuật, để bạn biết được trách nhiệm tài chính của mình đối với dịch vụ được thực hiện.

Ngày khởi tạo: 2/2025