

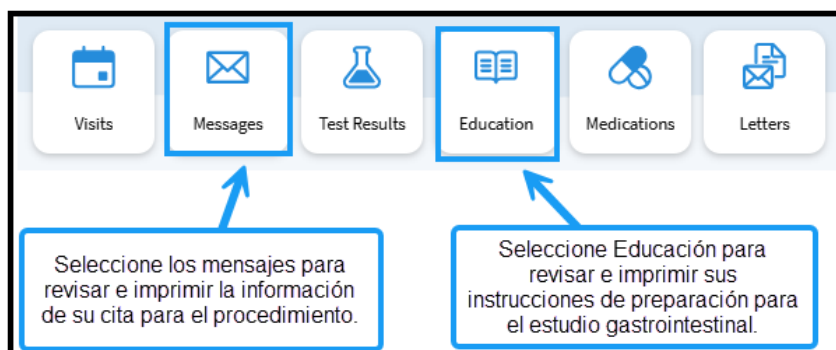
Gracias por elegir Duke Health para sus necesidades de atención médica. Su proveedor de salud le ha ordenado una colonoscopia. Un enlace a la información sobre su procedimiento está disponible en My Duke Health. Por favor, revise la información sobre su procedimiento y vea los videos de preparación. Debe completar una preparación intestinal. Su proveedor de salud seleccionó la preparación laxante basándose en su historial de salud. Esta preparación elimina las heces de su colon al hacerle una limpieza intestinal. Su preparación laxante es MiraLax version extendida.

¿Qué es una Colonoscopia?

Una colonoscopia es un procedimiento para detectar cáncer de colon o revisar síntomas gastrointestinales. Durante una colonoscopia, su médico insertará una cámara por su recto a través de un tubo delgado y flexible. El médico examinará dentro de su colon para verificar la salud del mismo. Un colon limpio permite que su médico vea el revestimiento del colon. Recibirá sedación vía intravenosa para dormirlo y mantenerlo cómodo durante su colonoscopia. Si tiene preguntas sobre la preparación, el procedimiento o su cita, llame a Duke GI al (919) 684-6437.

Planificación para su procedimiento – Dos (2) Semanas antes

- **Por favor planee tener todo el día libre para su procedimiento, ya que su hora de llegada puede cambiar. Si su hora de llegada cambia, le llamaremos. Esta llamada puede registrarse con un numero desconocido.**
- Inicie sesión en My Duke Health para revisar la información sobre su cita y las instrucciones de preparación.
- Presione el icono de Mensajes para revisar e imprimir la confirmación de su cita. Esta incluye el lugar al que debe presentarse, en qué fecha y la hora de llegada.
- Presione el icono de Educación para revisar e imprimir las instrucciones de preparación.
- Pídale a un familiar o amigo que lo lleve a su cita, permanezca con usted y lo lleve a casa. Su conductor debe ser mayor de 18 años y tener una licencia de conducir válida. No se le permite irse a casa en taxi, autobús ni en servicio de transporte compartido como Uber o Lyft.
- Por seguridad, no se permiten niños en el área del procedimiento. Por favor haga arreglos con tiempo.
- Planee estar en el departamento de gastroenterología entre 2-4 horas, según el procedimiento que tiene programado.
- Dado que recibirá sedación por vía intravenosa, no se le permitirá conducir ni trabajar por las siguientes 24 horas después del procedimiento.
- Si tiene diabetes, comuníquese con su proveedor de salud para preguntar si necesita ajustar su medicina o insulina.
- Si toma anticoagulantes, pregunte a su proveedor de salud si necesita suspenderlos y por cuánto tiempo. (Ejemplos: Coumadin, Pradaxa, Eliquis, Xarelto, Plavix, Effient, o Brilinta).



Proceso para confirmar: Confirme su cita al menos dos (2) semanas antes de su procedimiento.

Solo puede confirmar su cita de la siguiente manera:

- En su cuenta de My Duke Health: inicie sesión en su cuenta 14 días antes de su procedimiento y siga los pasos para confirmar la cita.
- A través del personal de GI: responda al mensaje que se le enviara por su cuenta My Duke Health o conteste/regrese la llamada telefónica para confirmar su procedimiento.
- **IMPORTANTE:** si no confirma su procedimiento, será cancelado.



Lista de suministros que debe comprar para la preparación:

Su preparación para la colonoscopia es con la solución laxante de MiraLAX® para dos días. Los suministros necesarios no requieren receta médica y los puede comprar en su farmacia o supermercado.

- ☐ Un (1) bote de polvo MiraLAX® - 17.9 oz (opciones genéricas ClearLax o SmoothLax)
- ☐ Cuatro (4) tabletas de Simethicone de 125 mg (Gas-X®)
- ☐ Dos (2) tabletas de Bisacodyl de 5 mg (Dulcolax®)
- ☐ Cinco (5) botellas de 28 oz de bebidas deportivas bajas en azúcar. (como Gatorade Zero®, Hydralyte®, Pedialyte®, o Powerade Zero Sugar® que no sean rojos ni morados)
- ☐ Los líquidos claros que beberá los días de su preparación. Revise la lista de líquidos claros en la página 4. ****No compre líquidos Rojos o Morados.****



DOS (2) SEMANAS antes de su procedimiento

- ☐ Si tiene diabetes, hable con su proveedor de salud sobre sus medicamentos para la diabetes.
- ☐ Si toma anticoagulantes, pregunte a su proveedor de salud si necesita suspender su medicamento. (Ejemplos Coumadin, Pradaxa, Eliquis, Xarelto, Plavix, Effient, o Brilinta).
- ☐ Si se siente enfermo, si tiene tos o fiebre, o si recientemente resulto positivo por COVID-19, gripe, o RSV (virus respiratorio sincitial), comuníquese con el personal en Duke GI para reprogramar su procedimiento.
- ☐ Confirme la fecha, hora y el lugar de su procedimiento endoscópico.

SIETE (7) DÍAS antes de su procedimiento

- ☐ Deje de tomar suplementos de hierro y multivitaminas con hierro.
- ☐ Beba un (1) vaso extra de agua cada día hasta el día de su procedimiento.



CINCO (5) DÍAS antes de su procedimiento

- ☐ Deje de comer alimentos altos en fibra como frijoles, frutas o verduras crudas, nueces o semillas. Revise la lista de alimentos para dieta baja en fibra abajo.
- ☐ Deje de tomar suplementos de Aceite de Pescado.



DOS (2) DÍAS antes de su procedimiento

- ☐ No coma ningún alimento sólido durante todo el día. Beba solo líquidos claros y la solución laxante de MiraLAX®.
- ☐ No use tabaco masticable hasta después de su procedimiento
- ☐ Deje de tomar sus suplementos de fibra como Metamucil®, Citrucel® y Fiberall®.
- ☐ Por la mañana, prepare la solución laxante siguiendo estos pasos:
 1. Mezcle siete (7) medidas de polvo MiraLAX® con una (1) botella de 28 oz de bebida deportiva.
 2. Repita el primer paso y mezcle siete (7) medidas de polvo MiraLAX® con la segunda botella de 28 oz de bebida deportiva. Mezcle bien y ponga las dos botellas en el refrigerador.
 3. A las 12:00 p.m. (mediodía), tome dos (2) tabletas Bisacodyl (Dulcolax) con un vaso de agua.



4. A las 5:00 p.m., beba una botella de la solución laxante de Miralax® puede beber un vaso de la solución laxante cada 10 minutos hasta que se termine toda la botella.
 5. A las 7:00 p.m., beba la segunda botella de la solución laxante de Miralax® puede beber un vaso de la solución laxante cada 10 minutos hasta que se termine toda la botella.
- ☐ Permanezca cerca de un baño. En unas horas, comenzará a tener diarrea.
 - ☐ Antes de acostarse, prepare su solución laxante para el siguiente día. Mezcle siete (7) medidas de polvo MiraLax® en la tercera botella de bebida deportiva y siete medidas mas en la cuarta botella de bebidas deportivas.
 - ☐ Agite bien las botellas y pongalas en el refrigerador. Continúe bebiendo líquidos claros hasta la hora de acostarse.

UN (1) DÍA antes de su procedimiento – Al despertar

- ☐ Beba solo líquidos claros.
- ☐ No use tabaco masticable hasta después de su procedimiento
- ☐ No coma ningún alimento sólido durante todo el día. Beba solo líquidos claros y la solución laxante con MiraLax®
 1. A las 5:00 p.m., beba la tercera botella de la solución laxante de MiraLax® agítela bien y beba un vaso de la solución laxante cada 10 minutos hasta que se termine toda la botella.
 2. A las 6:00 p.m., tome dos (2) tabletas de Simethicone con un vaso de agua.
 3. A las 7:00 p.m., beba la cuarta botella de la solución laxante de Miralax® agítela bien y beba un vaso de la solución laxante cada 10 minutos hasta que se termine toda la botella.
 4. Antes de acostarse, prepare la quinta botella de solución laxante para beber la mañana siguiente. Mezcle siete (7) medidas de polvo MiraLAX® con la botella de bebida deportiva, agite bien la botella y colóquela en el refrigerador.



El Día de su procedimiento – Al despertar

- ☐ No coma ningún alimento. Beba solo la solución laxante y agua.
- ☐ Cinco (5) horas antes de su procedimiento programado, beba la quinta botella de solución laxante. Agite bien la botella y beba un vaso de la solución laxante cada 10 minutos hasta que se termine toda la botella.
- ☐ Siga las recomendaciones de su proveedor de salud y tome las medicinas que usualmente toma por las mañanas con pequeños sorbos de agua.
- ☐ 4 horas antes de su procedimiento, tome dos (2) tabletas de Simethicone con un vaso de agua. Después de esto no se le permite beber nada más.
- ☐ No mastique nada, incluyendo mentas, dulces, o chicle.
- ☐ Siga las instrucciones de su proveedor de salud y tome sus medicinas con pequeños sorbos de agua.
- ☐ **CUATRO (4) horas antes de llegar a su procedimiento, deje de beber líquidos.**
- ☐ No use tabaco ni productos de tabaco, incluyendo cigarrillos electrónicos, pipas o vaporizadores.
- ☐ No aplique lociones, perfume, maquillaje ni productos para el cabello.
- ☐ No use lentes de contacto.
- ☐ No traiga joyas. Deje todos los objetos de valor en casa.
- ☐ Quítese todos los aretes y joyas del cuerpo o la cara antes de llegar a su procedimiento. Cualquier arete que no pueda quitarse puede causar la cancelación de su procedimiento.
- ☐ Traiga una identificación emitida por el gobierno, su tarjeta de seguro médico y cualquier copago requerido.
- ☐ 2 horas antes de su procedimiento, si sus heces son de color marrón o contienen materia fecal sólida, llame a Duke GI al (919) 684-6437 y hable con una enfermera.



Este es el objetivo de tu preparación



Ejemplos de Líquidos Claros

Puede beber cualquiera de estos líquidos el día antes de su procedimiento después del almuerzo. Todos los líquidos deben ser claros y NO de color rojo o morado.

- Agua
- Te y café negro sin leche, crema, saborizantes, cremas no lácteas o en polvo.
- Agua de sabor o de coco que no sea roja ni morada.
- Jugos claros como de manzana, uva blanca, limonada si pulpa y arándano blanco.
- Caldo claro, incluyendo pollo, res o vegetales.
- Refrescos como Mountain Dew®, Ginger-ale, Sun-drop®, o 7-Up®,
- Bebidas deportivas como Gatorade Zero®, Hydralyte®, Pedialyte®, Powerade Zero Sugar® o Propel®
- Paletas de hielo sin fruta ni crema.
- Gelatina sin fruta
- Bebida de jugo tropical Boost® Breeze

Ejemplos de alimentos bajos en fibra	Comience la dieta baja en fibra (5) días antes de su procedimiento
Lácteos	Leche, crema, requesón, yogur, o bebidas de proteína
Pan y cereales	Arroz blanco, pan blanco y galletas saladas (saltines or Ritz) Cereales bajos en fibra (Rice Krispies, Cream of Wheat, Cornflakes)
Carnes y proteína	Pollo, pavo, cerdo, ternera, pescado, mariscos, huevos, y tofu Mantequilla de maní suave o mantequilla de almendra Caldo de pollo, res o vegetales, consomé y sopas coladas
Frutas	Jugo de fruta sin pulpa, pure de manzana, melón, duraznos pelados, fruta enlatada o cocida sin semillas ni cascara
Verduras (enlatadas o cocidas)	Zanahorias peladas, champiñones, papas peladas
Postres sin fruta	Flan, pudín, helado, sorbete o gelatina

Información sobre la preparación y preguntas frecuentes

Si tiene un **Marcapasos o Desfibrilador Interno**: Traiga la tarjeta de información del dispositivo a su cita previa y el día de la colonoscopia. Entregue la tarjeta del dispositivo a su enfermera cuando se registre para su procedimiento.

Si no acepta o no puede recibir transfusiones de sangre en una emergencia, por favor llame al Centro para la Conservación de la Sangre en Duke al (919) 668-2467 una semana antes de su procedimiento.

Soy diabético. ¿Puedo tomar medicamentos para la diabetes cuando beba mi preparación?

Si usa insulina o tiene una bomba de insulina: Contacte a su proveedor de salud y pregunte como ajustar su dosis de insulina mientras bebe la solución laxante. Revise su nivel de azúcar en la sangre varias veces el día antes y el día de su procedimiento.

Si toma pastillas para la diabetes, pero no insulina: No tome su medicamento menos que su proveedor de salud le indique continuarlo. Revise su nivel de azúcar en sangre varias veces el día antes y el día de su procedimiento. *Beba líquidos claros con proteína como caldo de pollo, carne o vegano. Compre líquidos claros bajos o sin azúcar para beber durante su preparación.

¿Cómo sé si mi colon está limpio antes de mi procedimiento?

Su colon estará limpio si sigue cada paso de la preparación. Estará listo para la colonoscopia si sus heces aparecen claras tipo orina de color amarilla o verde y no contienen materia fecal sólida.

La solución laxante me provoca vomito o náusea. ¿Cómo completo mi preparación?

Si la solución laxante le provoca náusea o vómitos, deje de beber la solución por 30 minutos. Luego resuma y beba lentamente el resto de la solución. Mastique chicle, coma algún dulce, beba té de jengibre, soda ginger-ale o caldo.

¿Puedo beber alcohol, vino o cerveza durante mi preparación?

No, no beba bebidas alcohólicas durante la preparación para la colonoscopia.

¿Cuáles son ejemplos de alimentos altos en fibra? Los alimentos altos en fibra incluyen todas las frutas y verduras crudas, nueces, semillas, pan integral, frijoles y lentejas.

¿Cuáles son ejemplos de alimentos bajos en fibra?

Revise la lista de alimentos para dieta baja en fibra abajo.

¿Debo continuar mi dieta de líquidos claros después de comenzar a beber la solución laxante?

Sí, continúe bebiendo líquidos claros durante el transcurso del día. Cuantos más líquidos claros beba, mejor será su preparación y se sentirá mejor. Deje de beber agua cuatro (4) horas antes de su procedimiento.

Peso menos de 100 libras. ¿Necesito beber toda la solución laxante?

Sí, la preparación no se basa en el peso. Debe beber toda la solución laxante para asegurar una limpieza intestinal óptima.

Tuve un bypass gástrico. ¿Necesito completar toda la preparación?

Sí, debe completar todos los pasos en la preparación para que su colon esté limpio.

¿Cómo puedo obtener información sobre mi preparación si pierdo estas instrucciones?

Inicie sesión en su Duke MYChart y seleccione Cuidado Digital para imprimir sus instrucciones, o llame a Duke GI al (919) 684-6437 para obtener ayuda.