

GoLytely: Dung Dịch Chuẩn Bị Buổi Sáng

(Nulytely, Gavilyte, Colyte)

QUAN TRỌNG: Vui lòng đọc hết toàn bộ hướng dẫn ít nhất hai tuần trước khi tiến hành thủ thuật.

Nếu quý vị cần dời lịch thực hiện thủ thuật vì bất cứ lý do nào, vui lòng gọi số 206-223-2319 ít nhất giờ trước đó để không bị tính phí hủy trễ

Mười Ngày Trước Thủ Thuật

- **Sắp xếp để có một người lớn chịu trách nhiệm (từ 18 tuổi trở lên)** lái xe đưa quý vị về nhà và ở cùng với quý vị trong ngày thực hiện thủ thuật. Nếu quý vị sử dụng thuốc an thần khi thực hiện thủ thuật và không có người lớn có trách nhiệm đi cùng, thủ thuật sẽ bị hủy. Người lớn có trách nhiệm đó có thể rời đi nhưng việc liên hệ với người đó qua điện thoại phải dễ dàng trước khi bắt đầu thủ thuật và có mặt để đón quý vị không muộn hơn 15 phút từ thời điểm hoàn thành thủ thuật.
- **Nếu quý vị sử dụng thuốc điều trị tiểu đường hoặc bất kỳ loại thuốc làm loãng máu nào (trừ aspirin loại 81mg hoặc 325mg hay Plavix),** vui lòng liên lạc với vị bác sĩ kê toa cho quý vị để được hướng dẫn. **Nếu quý vị đang sử dụng Plavix (clopidogrel)** vui lòng xem hướng dẫn ở trang 2. Quý vị có thể tiếp tục sử dụng aspirin hàng ngày (loại 81mg hoặc 325mg) mà không bị gián đoạn

Trước Ba Ngày

- Bắt đầu chế độ ăn ít chất xơ (vui lòng xem *Hướng Dẫn về Chế Độ Ăn Ít Chất Xơ ở trang 3*)
- Nếu bị táo bón, quý vị có thể sử dụng một nắp đầy Miralax mỗi ngày.
- Ngưng sử dụng dầu cá và sản phẩm bổ sung chất xơ. Không sử dụng thuốc nhuận tràng chứa dầu khoáng.
- Mua GoLytely và ondansetron (hai viên nén 4mg) từ nhà thuốc của quý vị.
- Mua thuốc simethicone dạng viên nén hoặc viên nhai (Gas-X, Anti-Gas và Equate Gas Relief) mà không cần đơn của bác sĩ.

Nhiều Giờ Trước Thời Gian Làm Thủ Tục Đăng Ký

- **Ngưng** ăn thực phẩm rắn và bắt đầu chế độ ăn bằng chất lỏng trong (*xem Hướng Dẫn về Chế Độ Ăn bằng Chất Lỏng Trong ở trang 5*) và uống 1-4 ly nước hoặc chất lỏng trong.
- **Lúc 6:00 chiều,** bắt đầu uống GoLytely, cứ 15 phút uống một ly (8 oz) cho đến khi quý vị uống được 3/4 chai (3 lít). Quý vị sẽ uống nốt 1/4 chai (1 lít) cuối cùng vào buổi sáng.

- Nếu quý vị bị buồn nôn bất cứ lúc nào trong thời gian chuẩn bị, hãy sử dụng một viên ondansetron và chờ 30 phút. Nếu vẫn buồn nôn, hãy uống viên ondansetron thứ hai và giảm tốc độ uống.

Ngày Thực Hiện Thủ Thuật

- Tiếp tục chế độ ăn bằng chất lỏng trong từ sáu giờ trước giờ làm thủ tục đăng ký
- **Sáng sớm:** Vui lòng sử dụng loại thuốc thông thường của quý vị với một chút nước (kể cả aspirin và thuốc cao huyết áp), ngoại trừ những loại thuốc được liệt kê ở trang 2.
- **Sáu giờ trước thời điểm làm thủ tục đăng ký trở đi,** chỉ sử dụng các loại chất lỏng trong như nước, cà phê đen hoặc trà (không có chất tạo ngọt/kem/sữa, vui lòng không uống quá hai tách cà phê).
- Sử dụng hai viên nén hoặc viên nhai simethicone trước khi bắt đầu uống lít GoLytely cuối cùng.
- **Bốn giờ trước khi rời khỏi nhà:** Uống nốt lượng GoLytely còn lại trong chai (1 lít) ít nhất hai giờ trước thời gian làm thủ tục.
- **Không ăn hay uống bất cứ thứ gì từ thời điểm hai giờ trước khi làm thủ tục vào thực hiện thủ thuật.**
- Không sử dụng bất kỳ chất nào làm thay đổi nhận thức vào ngày làm thủ thuật, như: chất cồn, cần sa hay các chất "giải trí" khác. **Làm như vậy sẽ dẫn đến kết quả là hủy thủ thuật.**
- Vui lòng dành 1.5-2 giờ ở Virginia Mason để thực hiện thủ thuật, tính từ lúc làm thủ tục đến khi xuất viện.

Sau Khi Thực Hiện Thủ Thuật

- Trong khi thực hiện thủ thuật, quý vị đã được tiếp nhận loại thuốc có thể gây ảnh hưởng đáng kể đến khả năng phán đoán của quý vị. Hãy lên kế hoạch để nghỉ làm hôm đó. Để giữ an toàn, quý vị không nên tự lái xe, sử dụng phương tiện công cộng khác hay rời khỏi trung tâm y tế khi không có người lớn có trách nhiệm đi cùng. Tạm hoãn các quyết định quan trọng cho đến sau ngày thực hiện thủ thuật.

Thông Tin Về Thuốc

Tiếp tục sử dụng không ngắt quãng:

- Mọi loại thuốc vẫn sử dụng mà không có trong danh sách "không sử dụng"
- Thuốc điều trị cao huyết áp
- Aspirin hàng ngày (loại 81mg hoặc 325mg)
- Vitamin tổng hợp có chứa sắt
- Miralax và các thuốc nhuận tràng khác

Liên lạc với bác sĩ kê toa để được hướng dẫn:

- Thuốc điều trị tiểu đường
- Bất kỳ loại thuốc làm loãng máu nào ngoài aspirin hàng ngày (loại 81mg hoặc 325mg) hay Plavix (clopidogrel)

KHÔNG SỬ DỤNG từ thời điểm ba ngày trước khi thực hiện thủ thuật (hoặc năm ngày trước thủ thuật nếu quý vị đã hoàn thành hai ngày sử dụng dung dịch chuẩn bị hoặc dài hơn):

- X Sản phẩm bổ sung sắt
- X Sản phẩm bổ sung chất xơ
- X Dầu cá
- X Thuốc thực chứa dầu khoáng

Nếu quý vị sử dụng Plavix (clopidogrel):

Ngưng sử dụng năm ngày trước thủ thuật, trừ khi quý vị mới đặt stent tim trong 12 tháng qua hoặc từng lên cơn đau tim trong ba tháng qua. Trong trường hợp đó, quý vị sẽ cần liên hệ với bác sĩ phụ trách kiểm soát việc sử dụng thuốc Plavix của quý vị (thường là bác sĩ chăm sóc chính hoặc chuyên gia tim mạch) để biết việc ngưng sử dụng Plavix có an toàn không. Trong một số trường hợp, quý vị có thể được hướng dẫn tiếp tục sử dụng Plavix trong khi tiến hành thủ thuật hoặc dời lịch thực hiện thủ thuật sang một ngày sau đó.

Hướng Dẫn Chế Độ Ăn Ít Chất Xơ

Sữa và Sản Phẩm Từ Sữa

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Sữa
- ✓ Kem
- ✓ Sô-cô-la nóng
- ✓ Bơ sữa
- ✓ Pho mát
- ✓ Kem chua

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Sữa chua trộn các loại hạt, quả hạch, ngũ cốc granola hoặc trái cây kèm vỏ/hạt

Bánh Mỳ và Ngũ Cốc

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Bánh mỳ và ngũ cốc làm từ bột trắng tinh luyện
- ✓ Gạo trắng
- ✓ Bánh quy giòn cho người ăn kiêng
- ✓ Ngũ cốc ít xơ (VD: bột lúa mì, bánh bột ngô nướng vụn)

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Gạo lứt nâu hoặc gạo hoang
- ✗ Bánh mì nguyên hạt, bánh cuộn, mỳ Ý hoặc bánh quy giòn
- ✗ Ngũ cốc nguyên hạt hoặc nhiều chất xơ (VD: ngũ cốc granola, yến mạch)
- ✗ Bánh mỳ hoặc ngũ cốc có hạt hoặc quả hạch

Thịt và Hải Sản

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Thịt gà
- ✓ Thịt gà tây
- ✓ Thịt cừu
- ✓ Thịt thăn heo
- ✓ Thịt bê
- ✓ Cá và hải sản, trừ cá hồi
- ✓ Trứng
- ✓ Đậu hũ

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Thịt chắc có lẫn sụn
- ✗ Cá hồi

Cây họ đậu

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Không Có

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Đậu Hà Lan sấy khô
- ✗ Hạt đậu sấy
- ✗ Đậu lăng
- ✗ Các loại đậu khác

Trái cây

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Nước ép trái cây không lẫn tếp quả
- ✓ Sốt táo
- ✓ Dưa lưới và dưa vàng chín
- ✓ Đào và mơ chín, đã gọt vỏ
- ✓ Trái cây đóng hộp hay nấu chín và không có vỏ hay hạt

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Trái cây có hạt, vỏ dày hoặc mỏng (bao gồm quả mọng, dưa, táo, cam, dưa hấu)
- ✗ Trái cây sấy khô (bao gồm nho khô)
- ✗ Bất kỳ loại trái cây đóng hộp hay nấu chín nào có hạt hoặc vỏ

Rau củ

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Rau củ đóng hộp không có vỏ dày hay mỏng (bao gồm cà rốt đã nạo vỏ, nấm, củ cải, ngọn măng tây)
- ✓ Khoai tây đã lột vỏ
- ✓ Dưa chuột không có hạt hay vỏ

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Rau củ sống, có hạt, vỏ dày hay mỏng
- ✗ Ngô
- ✗ Khoai tây còn vỏ
- ✗ Cà chua
- ✗ Dưa chuột còn hạt và vỏ
- ✗ Bắp cải hoặc cải brussels nấu chín
- ✗ Đậu Hà Lan xanh
- ✗ Bí ngòi và bí ngô
- ✗ Đậu lima
- ✗ Hành

xem tiếp ở trang sau >

Hướng Dẫn Chế Độ Ăn Ít Xơ *(tiếp)*

Quả Hạch, Bơ Quả Hạch, Các Loại Hạt ĐƯỢC ĂN

- ✓ Bơ đậu phộng/hạnh nhân/hạt điều dạng sệt (nhuyễn)

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Quả hạch (bao gồm đậu phộng, hạnh nhân, óc chó)
- ✗ Bơ lẫn quả hạch vụn
- ✗ Các loại hạt như hạt thìa là, hạt mè, hạt bí ngô, hạt hướng dương

Dầu Mỡ

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Bơ
- ✓ Bơ thực vật
- ✓ Dầu thực vật và dầu khác
- ✓ Sốt mayonnaise
- ✓ Sốt trộn salad không làm bằng các loại hạt hay quả hạch

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Sốt trộn salad làm bằng các loại hạt hay quả hạch

Súp

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Nước canh, nước cốt, súp nghiền và súp lọc lấy nước
- ✓ Súp chứa sữa hoặc kem, đã lọc lấy nước

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Súp chưa lọc hoặc súp lẫn rau thơm
- ✗ Ốt
- ✗ Súp đậu lăng
- ✗ Súp đậu Hà Lan
- ✗ Súp đậu sậy
- ✗ Súp ngô

Món tráng miệng

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Kem trứng sữa
- ✓ Pudding cho người ăn kiêng
- ✓ Kem (không lẫn quả hạch hay trái cây)
- ✓ Kem sherbet (làm từ trái cây và kem) hoặc sorbet (làm từ trái cây và đường)
- ✓ Jell-o hay thạch không cho thêm trái cây hay phẩm màu đỏ, xanh lá hoặc tím
- ✓ Bánh quy hoặc bánh ngọt làm bằng bột trắng, không cho hạt, trái cây sậy hay quả hạch

Món tráng miệng *(tiếp)*

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Dừa
- ✗ Bất cứ món nào có hạt hoặc quả hạch
- ✗ Bất cứ món nào cho phẩm màu đỏ, xanh lá hoặc tím
- ✗ Bánh quy hoặc bánh ngọt làm bằng bột nguyên cám, hạt, trái cây sậy hoặc quả hạch

Đồ Uống

ĐƯỢC UỐNG

- ✓ Cà phê
- ✓ Trà
- ✓ Sô-cô-la hoặc cacao nóng
- ✓ Đồ uống trái cây trong (không lẫn tếp)
- ✓ Nước soda và các loại đồ uống có ga khác
- ✓ Ensure, Boost hoặc Enlive không thêm chất xơ

KHÔNG ĐƯỢC UỐNG

- ✗ Nước ép trái cây hoặc rau củ lẫn tếp
- ✗ Đồ uống cho phẩm màu đỏ, xanh lá hoặc tím

Khác

ĐƯỢC ĂN

- ✓ Đường
- ✓ Muối
- ✓ Thạch
- ✓ Mật ong
- ✓ Si-rô
- ✓ Nước chanh

KHÔNG ĐƯỢC ĂN

- ✗ Dừa
- ✗ Bông ngô
- ✗ Mứt
- ✗ Mứt cam
- ✗ Gia vị ướp
- ✗ Đồ muối lên men
- ✗ Ô-liu
- ✗ Mù tạt nguyên vỏ

Hướng Dẫn về Chế Độ Ăn Bằng Chất Lỏng Trong

Bắt đầu từ 24 giờ trước thời điểm làm thủ tục đăng ký, quý vị chỉ được sử dụng các loại chất lỏng trong sau đây:



✓ Nước/nước có hương vị/nước dừa



✓ Thạch (không dùng loại có màu đỏ, xanh lá hoặc tím)



✓ Cà phê đen hoặc trà (có thể cho chất tạo ngọt nhưng không cho sữa hay kem, vui lòng uống không quá hai tách cà phê đen vào buổi sáng thực hiện thủ thuật)



✓ Kem que không chứa kem hay trái cây (**không** dùng loại màu đỏ, xanh lá hoặc tím)



✓ Đồ uống dạng trong cho người tập thể thao (không dùng loại có màu đỏ, xanh lá hoặc tím)



✓ Nước ép trái cây trong, màu nhạt như táo, nho trắng, nước chanh không lẫn tép, và nam việt quất trắng (không lẫn tép hay có màu đỏ, xanh lá hoặc tím)



✓ Nước canh trong (rau, bò, gà)



✓ Soda

Bắt đầu từ sáu giờ trước thời điểm làm thủ tục đăng ký, chỉ sử dụng các loại chất lỏng trong sau đây:



✓ Nước



✓ Cà phê đen (vui lòng uống không quá hai tách, bắt đầu từ buổi sáng hôm thực hiện thủ thuật, không cho chất tạo ngọt/kem/sữa)



✓ Trà trong (không cho chất tạo ngọt/kem/sữa)

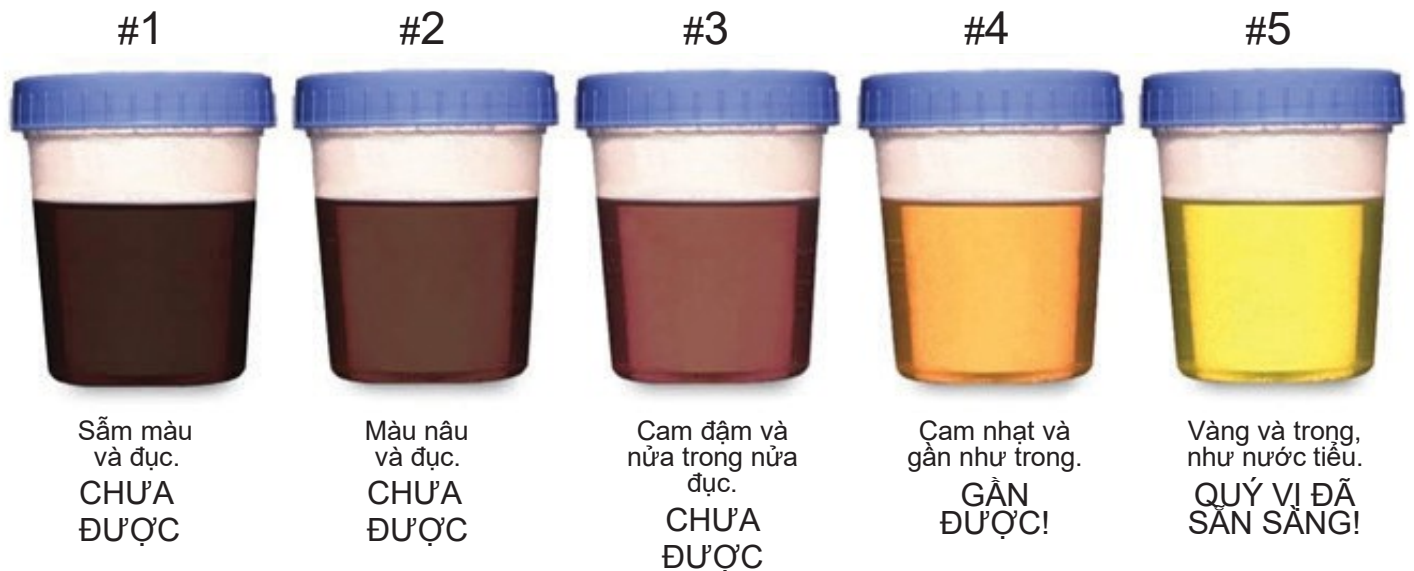
KHÔNG ĐƯỢC UỐNG:

- ✗ Sữa lắc
- ✗ Sinh tố
- ✗ Nước ép loại không trong: cam, dưa, nho và cà chua
- ✗ Sữa, dù có chứa sữa hay không
- ✗ Súp mà không phải nước canh trong/chứa lọc (ví dụ như nước canh vẫn còn rau thơm)
- ✗ Ngũ cốc nấu chín
- ✗ Nước ép, kem que hoặc thạch cho phẩm màu đỏ, xanh lá hoặc tím
- ✗ Chất cản quang đường uống/bari
- ✗ Hạn chế chất cồn

Làm Thế Nào Để Tôi Biết Dung Dịch Chuẩn Bị Của Tôi Có Hiệu Quả Hay Không?

(chỉ áp dụng khi nội soi đại tràng)

Hãy xem các ví dụ sau đây để so sánh:



- Sau khi uống tất cả thuốc dung dịch chuẩn bị của mình, phân của quý vị sẽ là dạng nước màu vàng hoặc trong như hình số 5. Nếu như vậy, quý vị đã sẵn sàng!
- Tuy nhiên, nếu phân của quý vị rắn, có các hạt ở thể nửa rắn hoặc trông như hình số 1, 2 hoặc 3, quý vị chưa đủ sẵn sàng và sẽ cần sử dụng nhiều dung dịch chuẩn bị hơn hoặc phải hủy thủ thuật của mình.
- **Việc uống TOÀN BỘ dung dịch chuẩn bị là rất quan trọng. Vui lòng không ngừng uống dung dịch chuẩn bị của quý vị ngay cả khi quý vị đã đi đại tiện ra nước trong vài lần.**