

مستحضر الأمعاء ميرالاكس ودولكولاكس

Miralax and Dulcolax Bowel Prep

A bowel prep is done to clear the bowel or large intestines and rectum, of all solid matter before certain tests or procedures. Please review these instructions as soon as you get them and then follow the instructions to prepare.

Begin the bowel prep 1 day before your scheduled procedure.

To Prepare

- Tell your doctor if you have diabetes or take blood thinners. You may need to stop some of your medicine a few days before your test.
- Ask your doctor if you should take any of your medicines the morning of your test. If so, take with sips of water only.
- You will need to buy 2 laxative medicines from a pharmacy:
 - Miralax (Polyethelene Glycol 3350) in large bottle (8.3 ounces or 238 grams)
 - 4 Dulcolax (bisacodyl) laxative tablets (5 milligram tablets) – Often sold in boxes of 10 or more tablets

There may be store brands of these products that cost less. Ask the pharmacist to help you find what you need.

- Buy a large 64-ounce bottle of sports drink such as Gatorade, Powerade or other sports drinks that are not red in color. If you have diabetes, buy a no or low calorie drink such as Crystal Light instead. This will be used to mix your Miralax the day before your test. Do not use carbonated beverages.

يتم التحضير لتنظيف الأمعاء أو الأمعاء الغليظة والمستقيم من جميع المواد الصلبة قبل إجراء فحوصات أو عمليات معينة. ويُرجى مراجعة هذه التعليمات بمجرد الحصول عليها ثم اتباع التعليمات للاستعداد.

يبدأ تحضير الأمعاء قبل يوم واحد من موعد الإجراء المحدد.

للتحضير

- أخبر طبيبك إذا كنت تعاني من مرض السكري أو تتناول أدوية سيولة الدم. قد تحتاج إلى إيقاف بعض الأدوية قبل أيام قليلة من إجراء الفحص.
- يُرجى الاستفسار من طبيبك عما إذا كان ينبغي عليك تناول أدوية صبيحة إجراء الفحص. إذا كان الأمر كذلك، يُرجى تناولها مع رشقات من الماء فقط.
- ستحتاج إلى شراء عقارين مُلتيين من الصيدلية.
 - ميرالاكس (بولي إيثيلين جليكول 3350) في زجاجة كبيرة (8.3 أوقية أو 238 غم)
 - 4 أقراص من المُلتين دولكولاكس (بيساكوديل) (أقراص 5 ملليغرام) - تباع غالبًا في علب بها 10 أقراص أو أكثر
- قد تكون هناك علامات تجارية خاصة بمتاجر معينة لهذه المنتجات بتكلفة أقل. اطلب من الصيدلي مساعدتك في العثور على ما تحتاجه.
- اشتر زجاجة كبيرة سعة 64 أوقية من المشروبات الرياضية مثل مشروبات الطاقة جاتوريد أو باورريد أو غيرها من المشروبات الرياضية الأخرى غير الحمراء. وإذا كنت مصابًا بداء السكري، فاشتر مشروبًا لا يحتوي على سعرات حرارية أو قليل السعرات مثل كريستال لايت. وسيستخدم في مزج الميرالاكس في اليوم السابق على إجراء الفحص. لا تستخدم المشروبات الغازية.

- You may also want to buy some other clear liquids from the list below to drink the day before your test.
- Arrange to have an adult bring you to your appointment and take you home after your test.

5 Days before your test and until your test is done:

- Do not take iron tablets or vitamins with iron.
- Do not take fiber supplements like Metamucil, Citrucel or Fiberall.
- Do not eat popcorn, corn, nuts, seeds or green leafy vegetables such as kale or spinach.

On the day before your test

- **Starting in the morning, drink only clear liquids** on this list and **avoid all red colored liquids**. Clear liquids for your prep include:
 - Water
 - Fruit juices you can see through and have no pulp such as apple, white cranberry or white grape
 - Popsicles
 - Ice
 - Soft drinks such as ginger ale or lemon lime soda
 - Gatorade, Powerade or other sports drinks
 - Clear broth or bouillon
 - Jello
 - Kool Aid or other drink mixes
 - Coffee or tea with no milk or cream added

• قد ترغب أيضًا في شراء بعض السوائل الشفافة الأخرى من القائمة أدناه لشربها في اليوم السابق لإجراء الاختبار.

• رتب لكي يصحبك شخص بالغ إلى موعدك ويعود بك إلى المنزل بعد إجراء الفحص.

قبل إجراء الفحص بخمسة أيام وحتى الانتهاء من الفحص:

- لا تتناول أقرص الحديد أو الفيتامينات المعززة بالحديد.
- توقف عن استخدام المكملات الغذائية التي تحتوي على الألياف مثل ميتاموسيل، أو سيتروسيل، أو فايبرول.
- لا تأكل الفشار أو الذرة أو المكسرات أو البذور أو الخضروات الورقية مثل اللفت أو السبانخ.

في اليوم السابق على إجراء الفحص.

• **ابدأ في الصباح بتناول السوائل الشفافة الواردة على هذه القائمة فقط وتجنب كافة السوائل ذات اللون الأحمر.** السوائل الشفافة المناسبة لهذا المستحضر تشمل:

- ◀ المياه
- ◀ عصائر الفواكه الشفافة التي لا تحتوي على اللب مثل التفاح، أو التوت البري الأبيض، أو العنب الأبيض
- ◀ المصاصات
- ◀ الثلج
- ◀ المشروبات الخفيفة مثل شراب الزنجبيل أو صودا الليمون
- ◀ مشروبات الطاقة جاتوريد أو باورريد أو المشروبات الرياضية الأخرى
- ◀ الحساء الشفاف أو المرق
- ◀ جيلو
- ◀ مشروب الكول إيد أو مزيج المشروبات الأخرى
- ◀ الشاي أو القهوة من دون إضافة لبن أو قشدة

- Do not eat any solid food or milk products until your test is done.
- Drink at least 4 (8-ounce) glasses of water through the day as well as other clear liquids.

- لا تتناول أي من الأطعمة الصلبة أو منتجات الألبان إلى حين الانتهاء من الفحص.
- تناول ما لا يقل عن 4 أكواب (كل منهم 8 أوقيات) من الماء طوال اليوم إلى جانب غير ذلك من السوائل الشفافة.

Taking Your Prep Medicines

You will take some pills and drink a medicine mixture that will clear your bowels of all solid matter. You will need to go to the bathroom often and your bowel movements will become very watery. The medicines may cause you to have cramps or feel bloated.

Be sure you take all of the prep medicines as directed, so your bowels are clear for your test. If your bowels are not cleared, you may have to have the test rescheduled and do another prep.

The bowels are clear or clean when there is only pale yellow fluid without flecks of stool.

Many people start the medicines early in the afternoon at about 3:00 PM. If you are working the day before your test, you may want to wait until you are home in the early evening, about 6:00 PM.

At 3:00 PM or when you are home from work:

- Take 4 Dulcolax tablets with a drink of clear liquids.
- Mix the Miralax in a 64-ounce bottle of Gatorade or other clear liquid of choice.
 - To make room for the Miralax in the sports drink bottle, pour out a cup of the sports drink and drink it.
 - Pour the Miralax powder into the sports drink bottle. Cap the bottle and shake the bottle to dissolve the powder.
 - Most people prefer to drink the liquid chilled, so you may want to place it in the refrigerator.

تناول الأدوية التحضيرية

سوف تتناول بعض الحبوب وتشرب مزيجًا من الأدوية بهدف تنظيف أمعائك من جميع المواد الصلبة. ستحتاج إلى الذهاب إلى الحمام على نحو متكرر، وقد يتحول البراز لديك إلى قوام سائل. هذه الأدوية قد تسبب شد عضلي لديك أو تورم في القدمين.

تأكد من تناول جميع الأدوية التحضيرية حسب التوجيهات، بحيث تكون أمعائك نظيفة لإجراء الفحص. إذا لم يتم تفريغ المعدة بالكامل، فقد تضطر إلى ترتيب إجراء الفحص في موعد آخر، وتناول المستحضر مرة أخرى.

تكون الأمعاء خالية أو نظيفة عند خروج سائل أصفر باهت فقط بدون بقع من البراز.

يبدأ العديد من الأشخاص تناول الأدوية في وقت مبكر من بعد الظهر في حوالي الساعة الثالثة مساءً. إذا كنت تعمل في اليوم السابق لإجراء الاختبار، فقد ترغب في الانتظار حتى تعود إلى المنزل في وقت مبكر من المساء، حوالي الساعة السادسة مساءً.

في الساعة الثالثة مساءً أو عند عودتك إلى المنزل من العمل:

- تناول 4 أقراص دولكولاكس مع كوب من السوائل الشفافة.
- امزج ميرالاكس في زجاجة 64 أوقية من مشروب الطاقة جاتوريد أو أي سائل شفاف آخر من اختيارك.
 - ◀ لتفريغ مكان للميرالاكس في زجاجة المشروب الرياضي، قم بصب كوب من المشروب الرياضي واشربه.
 - ◀ صب مسحوق الميرالاكس في زجاجة المشروب الرياضي. قم بتغطية الزجاجة ورج الزجاجة لإذابة المسحوق.
 - ◀ يفضل معظم الناس شرب السائل باردًا، لذلك فقد ترغب في وضعه في الثلاجة.

3 hours after taking the Dulcolax tablets

- Start to drink the Miralax mixture. Drink one glass every 10 to 15 minutes. Drink it quickly rather than sipping small amounts because it does not taste that good. Finish drinking half of the mixture.
- Place the other half of the mixture into the refrigerator. You will need to drink the rest of the mixture in the morning, 6 hours before your test.
- Continue to drink other clear liquids through the evening.
- Set an alarm for the morning to get you up 6 hours before your test time.

3 ساعات بعد تناول أقراص الدولكولاكس

- ابدأ بشرب مزيج الميرالاكس. اشرب كوبًا واحدًا كل 10 إلى 15 دقيقة. اشربه بسرعة بدلًا من ارتشاف كميات قليلة منه لأن طعمه ليس جيدًا. انتهى من تناول نصف المزيج.
- ضع النصف الآخر من المزيج في الثلاجة. سوف تحتاج إلى تناول باقي المزيج في الصباح، قبل 6 ساعات من إجراء الفحص.
- تابع شرب السوائل الشفافة الأخرى فقط طوال الليلة.
- اضبط منبهًا في الصباح لتنبهك قبل 6 ساعات من موعد الفحص.

The Morning of Your Test or Procedure

صباح يوم الفحص أو العملية

6 hours before your test:

6 ساعات قبل الفحص:

- Drink the rest of your Miralax mixture as before.
- Drink 2 (8-ounce) cups of clear liquids after you finish the Miralax mixture.
- You can drink clear liquids up to 4 hours before your test.
- If you are to take morning medicines before your test, take with a small sip of water within 2 hours of your test time. Your test will be delayed or canceled if you drink anything other than a sip of water with your medicines.

- ◀ تناول باقي خليط الميرالاكس كما فعلت في السابق.
- ◀ اشرب كوبين (8 أوقيات) من السوائل الشفافة بعد الانتهاء من خليط ميرالاكس.
- ◀ يمكنك تناول السوائل الشفافة حتى أربع ساعات قبل فحصك.
- ◀ إذا كنت ستأخذ أدوية الصباح قبل الاختبار، فتناولها مع رشفة صغيرة من الماء في غضون ساعتين من وقت الاختبار. سيتم تأجيل الفحص أو إلغائه إذا تناولت أي شيء آخر بخلاف رشفة من الماء مع الأدوية.

- Bring all medicines you usually take (in their original containers) to the hospital with you.
- You will need to have an adult with you to take you home after your test. You will not be able to leave by yourself and it will not be safe for you to drive because of the medicine you are given at the start of the test.
- You may be told to arrive up to 1 hour before your test is scheduled so that staff can get you ready.

Expect to be here for 2 to 4 hours for your test and recovery time.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

- أحضر جميع الأدوية التي تتناولها عادة (في عبواتها الأصلية) إلى المستشفى معك.
- ستحتاج إلى شخص بالغ يكون معك لكي يصحبك إلى المنزل بعد إجراء الفحص. لن تتمكن من المغادرة بمفردك ولن يكون من الآمن لك القيادة بسبب الدواء الذي سيتم إعطاؤه لك في بداية الاختبار.
- قد يُطلب منك الوصول قبل ساعة واحدة من الموعد المحدد للاختبار حتى يتمكن طاقم العمل من تحضيرك للفحص.

توقع أن تقضي معنا ما بين ساعتين إلى أربع ساعات لإجراء الفحص وللإفاقة.

يُرجى التحدث إلى الطبيب المعالج أو الممرضة إذا كانت لديك أية أسئلة أو مخاوف.