

Preparación intestinal con Miralax y Dulcolax

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.

La preparación intestinal se realiza para limpiar el intestino grueso y el recto de toda la materia sólida antes de ciertas pruebas o procedimientos. Revise estas instrucciones tan pronto las reciba y luego sígalas para prepararse.

Comience a tomar la preparación intestinal 1 día antes del procedimiento programado.

Preparación

- Infórmele al médico si tiene diabetes o toma anticoagulantes. Es posible que deba suspender algunos de sus medicamentos unos días antes de la prueba.
- Pregúntele a su médico si puede tomar sus medicamentos la mañana del examen. Si se lo permite, tómelos solo con unos sorbos de agua.
- Deberá comprar 2 medicamentos laxantes en la farmacia:
 - Un envase grande de Miralax (polietilenglicol 3350) (8.3 onzas o 238 gramos)
 - 4 tabletas laxantes de Dulcolax (bisacodilo) (tabletas de 5 miligramos); a menudo las venden en cajas de 10 o más tabletas.

Es posible que la tienda tenga marcas propias para estos productos, que cuesten menos. Pídale ayuda al farmacéutico para encontrar lo que necesita.

- 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.
- 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.
- Compre una botella grande, de 64 onzas, de bebidas deportivas como Gatorade, Powerade u otra bebida deportiva que no sea de color rojo. Si tiene diabetes, compre una bebida sin calorías o baja en calorías como Crystal Light en su lugar. Esta se usará para mezclarla con el Miralax el día antes de su prueba. No use bebidas carbonatadas.
- Es posible que quiera comprar otros líquidos claros de la lista de abajo para beber el día antes de su prueba.
- Haga arreglos para que lo acompañe un adulto a su cita y lo lleve de regreso a su hogar después de la prueba.

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

5 días antes de la prueba y hasta que la prueba se realice:

- No tome tabletas de hierro o vitaminas con hierro.
- No tome suplementos de fibra como Metamucil, Citrucel o Fiberall.
- No coma palomitas de maíz, maíz, nueces, semillas ni vegetales de hojas verdes como col rizada o espinaca.

El día antes de su prueba

- **En la mañana, beba solo líquidos claros** de la lista y **evite todos los líquidos de color rojo**. Los líquidos claros para la preparación incluyen:
 - Agua
 - Jugos de fruta transparentes sin pulpa como de manzana, arándano blanco o uva blanca
 - Paletas de helado
 - Hielo
 - Bebidas sin alcohol como ginger ale o refresco de limón lima
 - Gatorade, Powerade u otra bebida deportiva

- Clear broth or bouillon
 - Jello
 - Kool Aid or other drink mixes
 - Coffee or tea with no milk or cream added
 - 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.
- Caldo o consomé solo
 - Gelatina
 - Kool Aid u otras mezclas de bebidas
 - Café o té sin leche ni crema agregadas
 - No coma ningún alimento sólido o productos lácteos hasta después de la prueba.
 - Beba al menos 4 vasos (de 8 onzas) de agua durante el día, además de otros líquidos claros.

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.

Tomar sus medicinas de la preparación

Tomará algunas pastillas y beberá una mezcla de medicamento que eliminará toda la materia sólida de los intestinos. Deberá ir al baño a menudo y sus heces estarán muy acuosas. Es posible que los medicamentos le provoquen calambres o lo hagan sentirse hinchado.

Asegúrese de tomar todos los medicamentos de la preparación como se indican, de manera que los intestinos estén limpios para su prueba. Si los intestinos no están limpios, es posible que deba reprogramarse el examen y hacer otra preparación.

Los intestinos están limpios solo cuando hay un líquido amarillo pálido sin fracciones de heces.

Muchas personas comienzan a tomar los medicamentos temprano en la tarde cerca de las 3:00 PM. Si trabaja el día antes de la prueba, es posible que quiera esperar hasta llegar a casa temprano en la noche, cerca de las 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.

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.

A las 3:00 PM o cuando llegue a casa del trabajo:

- Tome 4 comprimidos de Dulcolax con una bebida de líquido claro.
- Mezcle el Miralax en una botella de Gatorade de 64 onzas u otro líquido claro de su elección.
 - Para hacer lugar para el Miralax en la botella de bebida deportiva, sírvase una taza de la bebida deportiva y bébala.
 - Vierta el polvo de Miralax en la botella de bebida deportiva. Tape la botella y agítela hasta disolver el polvo.
 - La mayoría de las personas prefieren beber el líquido frío, de modo que lo puede colocar en el refrigerador.

3 horas después de tomar las tabletas de Dulcolax

- Comience a tomar la mezcla de Miralax. Beba un vaso cada 10 a 15 minutos. Bébalo rápidamente en lugar de sorber pequeñas cantidades ya que no tiene muy buen sabor. Termine de beber la mitad de la mezcla.
- Guarde la otra mitad de la mezcla en el refrigerador. Deberá beber el resto de la mezcla por la mañana, 6 horas antes de su prueba.
- Siga bebiendo otros líquidos transparentes durante la noche.
- Ponga la alarma en la mañana para levantarse 6 horas antes de la hora de su prueba.

The Morning of Your Test or Procedure

6 hours before your test:

- › 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.
- 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.

La mañana de la prueba o del procedimiento

6 horas antes de la prueba:

- › Beba el resto de la mezcla de Miralax como lo hizo anteriormente.
- › Beba 2 tazas de 8 onzas de líquidos claros cuando termine la mezcla de Miralax.
- › Puede beber líquidos transparentes hasta 4 horas antes de su prueba.
- › Si tiene que tomar medicamentos en la mañana antes de la prueba, tómelos con un sorbo pequeño de agua 2 horas antes de la hora de la misma. Su prueba se retrasará o cancelará si bebió cualquier cosa que no sea un sorbo de agua con los medicamentos.
- Traiga consigo todos los medicamentos que toma habitualmente (en los envases originales) al hospital.
- También deberá venir con un adulto que lo pueda llevar a casa después de la prueba. No podrá irse solo y no será seguro para usted que conduzca debido a los medicamentos que le dan al comienzo de la prueba.
- Le pueden indicar que llegue 1 hora antes de su prueba de modo que el personal lo pueda preparar.

Tenga en cuenta que tal vez sea necesario que permanezca de 2 a 4 horas para su prueba y recuperación.

Hable con el médico o con el personal de enfermería si tiene alguna pregunta o inquietud.