

Preparándose para su Colonoscopia (SUPREP)

Lea este documento por lo menos 1 semana antes de su examen. Revisemos cómo prepararse para su colonoscopia usando SUPREP. Le proporcionamos una **Lista de Verificación** en la última página para ayudarlo a planear su preparación.

1 Semana Antes del Examen

Organice su Transporte

Debido al efecto de los medicamentos sedantes, usted debe contar con un adulto responsable que lo lleve a casa. Se recomienda que alguien lo observe después del alta por al menos 6 horas.

Cambios en su Salud

Por favor, infórmenos sobre cualquier cambio significativo en su salud, enfermedad o reciente hospitalización ocurridos desde la programación de su examen. Llame al centro en que se realizará el procedimiento si en algún momento presenta síntomas de enfermedad (tos, congestión nasal, dolor de garganta, fiebre, dolores corporales, escalofríos) para cambiar la cita de su examen. Usted no debe someterse a este examen si está enfermo.

Hierro, Multivitamínicos con Hierro y Aceite de Pescado

Deje de tomarlos 5 días antes de su examen. (No es necesario que se comunique primero con su doctor).

Estreñimiento

Es posible que necesite preparación adicional si usted sufre de estreñimiento frecuente o si ha tenido problemas con la preparación anteriormente. Por favor, llame para hablar de esto con más detalle.

Anticoagulantes y Medicamentos para la Diabetes

Usted **debe** llamar al doctor que le receta estos medicamentos para ver si debe suspenderlos o ajustarlos antes del examen. Este doctor le dirá cómo hacer esto en forma segura.

El Centro de Salud Digestiva de UW Health sugiere que hable con su doctor usando la siguiente tabla. Ese doctor debe entregarle el consejo final sobre la suspensión de estos medicamentos.

Consulte con su doctor sobre su riesgo de sangrado al someterse a este examen. Si su doctor considera que su riesgo es bajo, probablemente le pediremos que siga el siguiente esquema para suspender sus medicamentos anticoagulantes. Si su doctor considera que su riesgo de sangrado es alto, es posible que le pidan seguir un esquema diferente.

La siguiente lista contiene medicamentos anticoagulantes comunes. No incluye a **todos** los medicamentos anticoagulantes.

Nombre del Medicamento	Cuándo Suspenderlo
Prasugrel (Effient)	7 días antes
Warfarin (Coumadin)	5 días antes
Clopidogrel (Plavix)	5 días antes
Ticagrelor (Brilinta)	5 días antes
Dabigatran (Pradaxa)	1 día antes
Cilostazol (Pletal)	1 día antes
Rivaroxaban (Xarelto)	1 día antes
Apixaban (Eliquis)	1 día antes
Edoxaban (Savaysa)	1 día antes

Si su doctor le indica que **no** suspenda sus medicamentos, por favor, llame al Centro de Salud Digestiva al **608-890-5010**, ya que esto puede afectar su procedimiento.

3 Días Antes del Examen

Dieta Baja en Fibra

Suspenda los alimentos y medicamentos siguientes. Estos alimentos pueden hacer que su digestión sea más lenta, lo que podría hacer que su colon no esté lo suficientemente limpio para su examen.

- Maíz, palomitas de maíz, semillas, o nueces. Verduras crudas, frijoles y lentejas, cáscara de papa.
- Frutas con cáscara o semillas
- Panes integrales, granola o cereales ricos en fibras.
- Suplementos de Fibra (como Metamucil®, Citrucel® o Benefiber®).
- Medicamentos Antidiarreicos (como Kaopectate®, Lomotil®, Pepto-Bismol® e Imodium® o loperamide).

Consejo Para Preparación Intestinal

Para una lista de alimentos seguros, visite:
patient.uwhealth.org/healthfacts/381

Recoja la Preparación Intestinal

Se ordenará la receta para su preparación intestinal alrededor de dos semanas antes de su examen. **Tres días** antes de su examen:

1. Llame a la farmacia para informarles que recogerá su preparación intestinal.
2. Recoja la preparación intestinal. **No mezcle** la preparación hasta el día antes del examen.
3. Compre papel higiénico suave.

1 Días Antes del Examen

Dieta

Comience **una dieta de líquidos transparentes**. Asegúrese de beber al menos 8 vasos de líquidos "transparentes". Los líquidos transparentes incluyen:

- Agua, bebidas deportivas transparentes como Gatorade®
- Caldo
- Café negro, te, soda

- Jugo de manzana
- Jell-O®
- **No** consuma crema, leche o ningún otro producto lácteo (derivado de la leche)
- **No** beba líquidos ni consuma Jell-O rojos o morados
- **No** consuma alimentos sólidos
- **No** beba líquidos con "pulpa"

Preparación Intestinal

- Comience a beber la preparación a la hora indicada en su **Lista de Verificación**.
- Siga las instrucciones proporcionadas aquí. **No siga** las indicaciones de la jarra.
- Permanezca cerca de un baño. Evacuará heces sueltas primero, luego líquidas. Esto es normal.

Para cada dosis:

1. Vacíe una botella de 6 onzas del líquido SUPREP en la botella para mezclar.
2. Agregue agua fría apta para el consumo hasta la línea que marca las 16 onzas en la botella y mezcle bien. Beba **todo** el líquido ya mezclado.
3. Beba dos (2) botellas más de 16 onzas cada una de agua durante la siguiente (1) hora.

Consejo Para Preparación Intestinal

Agregue limonada Crystal Light amarilla® para mejorar el sabor

Náusea

Puede sentir cólicos, hinchazón del abdomen y/o náuseas. Si tiene muchas náuseas o vómitos, beba más lento o deténgase durante 30 minutos, y luego comience de nuevo.

El Día del Examen

Dieta

- **No consuma ningún alimento**
- Beba solamente líquidos transparentes (**no** rojos o morados)
- Deje de beber cualquier líquido, incluso agua, **4 horas antes** de llegar.

Preparación Intestinal

- Prepare la preparación intestinal #2 y comience a beberla **6 horas antes de su hora de llegada**.
- Beba dos (2) botellas más de 16 onzas cada una de agua durante la siguiente (1) hora. Beba **todo** el líquido ya mezclado.
- Termine de tomar todos los líquidos 4 horas antes de su llegada.

Al terminar la preparación, sus heces deberían ser acuosas transparentes o amarillas, sin partículas sólidas (la presencia de pequeñas manchas de heces es aceptable). Si continúa evacuando heces sólidas o de color café, por favor, llame al centro de procedimientos.

Medicamentos

Si necesita tomar medicamentos durante las 4 horas previas a su examen, no beba más de media taza de agua (4 onzas). Siga las indicaciones de su proveedor en relación a sus medicamentos para la diabetes y sus anticoagulantes

Qué debe Traer

- CPAP o BiPAP y cualquier inhalador que use.
- Estuche para anteojos o lentes de contacto, recipiente para prótesis dental.
- Suministros para la ostomía.
- Use ropa cómoda.
- El número telefónico de su conductor.

No traiga:

- Joyas
- Dinero
- Otros artículos de valor

Antes del Examen

- Al llegar, usted puede decidir si su conductor esperará en la sala de espera o en su habitación privada, donde escuchará su información médica privada.
- El doctor hablará con usted, contestará sus preguntas y le pedirá que firme un formulario de consentimiento.
- Una enfermera revisará sus antecedentes médicos, tomará sus signos vitales y lo conectará a un monitor cardíaco.
- Una enfermera le colocará una vía intravenosa y le dará medicamentos para ayudarlo a relajarse y mantenerlo cómodo.
- Su visita durará entre 2 y 3 horas.

Después del Examen

- El doctor revisará los resultados y le entregará un informe. Le recomendamos encarecidamente que su conductor esté en la habitación con usted para escuchar los resultados.
- Se sentirá cansado cuando se vaya.
- Pase el resto del día descansando en casa. No puede conducir ni regresar a trabajar. Podrá volver a su rutina normal al día siguiente.
- Puede tomar hasta una semana para que su hábito intestinal regrese a la normalidad.
- Si suspendió sus medicamentos anticoagulantes antes del examen, consulte cuándo puede reiniciarlos.

Resultados

Si se toman biopsias o se extraen pólipos, espere recibir los resultados de laboratorio en 1 a 2 semanas. Los resultados se enviarán a su cuenta de MyChart. Si no tiene una cuenta de MyChart, alguien lo llamará para entregarle los resultados o se los enviarán por correo.

**Consejo
Para Preparación
Intestinal**

Para obtener más información sobre pólipos de colon
visite: patient.uwhealth.org/healthfacts/7917

Cuándo Llamar

- Si continua evacuando heces fecales sólidas o si su intestino no ha comenzado a vaciarse para la mañana del examen.
- Tiene cólicos fuertes.
- Se siente mareado o con sensación de desmayo.
- Tiene dolor constante, sangrado rectal y/o fiebre.

A Quién Llamar

Recursos para Pacientes

(Si necesita ayuda para encontrar transporte hacia y desde el lugar de su examen)

608-821-4144

Centro de Salud Digestiva

(608) 890-5010

Clínica de Procedimientos Gastrointestinales del Hospital UW

(608) 263-8094

Meriter/Unity Point

(608) 417-6389

Getting Ready for Your Colonoscopy (SUPREP)

Read this entire document at least 1 week before your test. Let's review how to get ready for your colonoscopy using SUPREP. We've provided a **Prep Checklist** on the last page to help you plan your prep.

1 Week Before Test

Arrange Transportation

Due to the sedation medicines, you must have a responsible adult drive you home. It is recommended that you are observed for at least 6 hours after discharge.

Health Changes

Please tell us about any major health changes, illnesses, or recent hospital stays you have had since you scheduled your test. If at any time you have symptoms of illness (cough, stuffy nose, sore throat, fever, body aches, chills), please call the procedure center to reschedule your test. You should not have this test while ill.

Iron, Multivitamins with Iron and Fish Oil

Stop taking these 5 days before your test. (You do not need to contact your doctor first).

Constipation

You may need extra prep if you are often constipated or if you have had problems prepping before. Please call to talk about this in more detail.

Blood Thinners and Diabetes Medicines

You **must** call the doctor who prescribes this medicine to see if you need to stop or adjust your medicine before your test. That doctor will tell you how to safely do this.

The UW Digestive Health Center suggests talking to your doctor using the table below. That doctor should give you the final advice on stopping these medicines.

Ask your doctor about your bleeding risk with this test. If your doctor feels your bleeding risk is low, they will likely have you follow the schedule below to stop your blood thinning medicines. If your doctor feels your bleeding risk is high, they may have you follow a different timeline.

The list below has common blood thinning medicines. It does not include **all** blood thinning medicines.

Name of Medicine	When to Stop
Prasugrel (Effient)	7 days before
Warfarin (Coumadin)	5 days before
Clopidogrel (Plavix)	5 days before
Ticagrelor (Brilinta)	5 days before
Dabigatran (Pradaxa)	1 day before
Cilostazol (Pletal)	1 day before
Rivaroxaban (Xarelto)	1 day before
Apixaban (Eliquis)	1 day before
Edoxaban (Savaysa)	1 day before

If your doctor tells you **not** to stop your medicine, please call the Digestive Health Center at **608-890-5010**, as this may affect your procedure.

3 Days Before Test

Low Fiber Diet

Stop the following foods and medicines. These foods may slow your digestion, and your colon may not be clean enough for your test:

- Corn, popcorn, seeds or nuts.
Uncooked vegetables, beans and lentils, potato skins.
- Fruits with skins or seeds.
- Whole grain breads, granola or high fiber cereals.
- Fiber supplements (like Metamucil[®], Citrucel[®], or Benefiber[®]).
- Anti-diarrhea medicines (like Kaopectate[®], Lomotil[®], Pepto-Bismol[®] and Imodium[®] or loperamide).

Bowel Prep Tip

For a list of safe foods visit: patient.uwhealth.org/healthfacts/381

Pick up Bowel Prep

Your bowel prep will be ordered about two weeks before your test. **Three days** before your test:

4. Call the pharmacy to tell them you will be picking up your bowel prep.
5. Pick up your bowel prep. **Do not mix** the prep until the day before the test.
6. Buy soft toilet paper.

1 Day Before Test

Diet

Begin **clear liquid diet**. Be sure to drink at least 8 glasses of clear “see-through” liquids. Clear liquids include:

- Water, clear sports drinks like Gatorade[®]
- Broth
- Black coffee, tea, soda
- Apple juice
- Jell-O[®]
- **No** creamers, milks or other dairy products
- **No** red or purple liquids or Jell-O
- **No** solid food
- **No** liquids with ‘pulp’

Bowel Prep

- Start drinking your prep at the time listed on your **Prep Checklist**.
- Follow the directions listed here. **Do not** follow the directions on the container.
- Stay near a bathroom. You will have loose, then liquid stools. This is normal.

For each dose:

4. Pour one 6-ounce bottle of SUPREP liquid into the mixing bottle.
5. Add cool drinking water to the 16-ounce line on the bottle and mix well. Drink **all** the mixed liquid.
6. Drink two (2) more 16-ounce bottles of water over the next 1 hour.

Bowel Prep Tip

Add yellow Crystal Light[®] lemonade to improve taste.

Nausea

You may have cramping, bloating and/or nausea. If you have a lot of nausea or vomiting, slow down or stop for 30 minutes, then start again.

Test Day

Diet

- **No food**
- Stay on only clear liquids (**no** red or purple)
- Stop drinking everything, even water, **4 hours before** you arrive.

Bowel Prep

- Prepare bowel prep dose #2 and start drinking it **6 hours before your arrival time**.
- Drink two more 16-ounce bottles of water over the next 1 hour. Drink **all** the mixed liquid.
- Finish all liquids 4 hours before you arrive.

As you finish the prep, your stools should be watery clear or yellow, with no solids (flecks of stool are OK). If you are still passing solid or brown stools, please call the procedure center.

Medicines

If you need to take medicine during the 4 hours before your test, drink no more than 1/2 cup of water (4 ounces). Follow your provider's directions for your diabetes or blood thinning medicines.

What to Bring

- CPAP or BiPAP and any inhalers that you use.
- Eyeglass or contact lens case, denture cup.
- Ostomy supplies.
- Wear comfortable clothing.
- Phone number for your driver.

Do **not** bring:

- Jewelry
- Money
- Other valuables

Before the Test

- When you arrive, you can choose if your driver waits in the waiting room or in your private room where they will hear private health information.
- The doctor will talk with you, answer questions, and ask you to sign a consent form.
- A nurse will review your health history, take your vital signs and attach a heart monitor.
- A nurse will place an IV and give you medicines to help you relax and keep you comfortable.
- Your visit will take about 2-3 hours.

After the Test

- Your doctor will review the results and give you a report. We strongly suggest that you have your driver in the room with you to hear the results.
- You may feel tired when you leave.
- Spend the day resting at home. You cannot drive or return to work. You can return to your normal routine the next day.
- It may take up to a week for your bowel habits to return to your normal.

- If you stopped blood thinning medicine before your test, ask when it can be restarted.

Results

If you have biopsies taken or polyps removed, you can expect to get lab results 1-2 weeks later. Your results will be sent to your MyChart account. If you don't have a MyChart account, someone will call you with results or results will be mailed to you.

Bowel Prep Tip

To learn more about colon polyps visit:
patient.uwhealth.org/healthfacts/7917

When to Call

- If you are still passing solid stools or your bowels have not started to empty by the morning of your test.
- You have severe cramps.
- You feel dizzy or lightheaded.
- You have constant pain, rectal bleeding and/or a fever.

Who to Call

Patient Resources

(If you need help finding a ride to and from your test)

608-821-4144

Digestive Health Center

(608) 890-5010

UW Hospital GI Procedure Clinic

(608) 263-8094

Meriter/Unity Point

(608) 417-6389

Su equipo de atención médica puede haberle dado esta información como parte de su atención. Si es así, por favor úsela y llame si tiene alguna pregunta. Si usted no recibió esta información como parte de su atención médica, por favor hable con su doctor. Esto no es un consejo médico. Esto no debe usarse para el diagnóstico o el tratamiento de ninguna condición médica. Debido a que cada persona tiene necesidades médicas distintas, usted debería hablar con su doctor u otro miembro de su equipo de atención médica cuando utilice esta información. Si usted tiene una emergencia, por favor llame al 911. Propiedad Literaria ©12/2023 Autoridad del Hospital y las Clínicas de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados. Producido por el Departamento de Enfermería. HF#7661s.

Lista de Verificación para la Preparación Intestinal

1 Semana
Antes del
Examen

- Llame a su compañía de seguro médico.
- Encuentre un transporte seguro para el día de su examen.
- Hable con su proveedor de atención primaria sobre sus medicamentos para la diabetes y/o sus anticoagulantes.
- Llame si está estreñido, si ha tenido problemas para realizar la preparación en el pasado o si ha habido un cambio importante en su salud desde que programó su examen.
- Suspnda los suplementos de hierro y las vitaminas con hierro y el aceite de pescado **5 días** antes de su examen.

3 Días
Antes del
Examen

- Comience una dieta baja en fibra.
- Llame a la farmacia para recoger su preparación intestinal.

1 Día
Antes del
Examen

Si su horario de llegada es **antes** de las 11:00 am:

- A las 10 am** : deje de consumir alimentos sólidos y comience una dieta de líquidos transparentes.
- Tome sus medicamentos diarios (excepto aquellos que se le pidió suspender) al menos 1 hora antes o 1 hora después de beber la preparación.
- A las 4pm** comience a beber la dosis #1 de su preparación.
 - Vacíe una botella de 6 onzas del líquido SUPREP en la botella para mezclar.
 - Agregue agua fría apta para el consumo hasta la línea que marca las 16 onzas en la botella y mezcle bien. Beba **todo** el líquido ya mezclado.
- Beba dos (2) botellas más de 16 onzas cada una de agua durante la siguiente (1) hora. Debería terminar la preparación a las **6 pm**

Si su horario de llegada es **después** de las 11:00 am:

- A las 2 pm** deje de consumir alimentos sólidos y comience una dieta de líquidos transparentes.
- Tome sus medicamentos diarios (excepto aquellos que se le pidió suspender) al menos 1 hora antes o 1 hora después de beber la preparación.
- A las 6pm** comience a beber la dosis #1 de su preparación.
 - Vacíe una botella de 6 onzas del líquido SUPREP en la botella para mezclar.
 - Agregue agua fría apta para el consumo hasta la línea que marca las 16 onzas en la botella y mezcle bien. Beba **todo** el líquido ya mezclado.
- Beba dos (2) botellas más de 16 onzas cada una de agua durante la siguiente (1) hora. Debería terminar la preparación a las **8 pm**.

Día del
examen

- 6 horas antes de su hora de llegada** prepare la preparación intestinal #2 y comience a beberla.
 - Mezcle 16 onzas de agua fría y comience a beberla.
 - Beba dos (2) botellas más de 16 onzas cada una de agua durante la siguiente (1) hora. Beba **todo** el líquido ya mezclado.
- Deje de beber líquidos (incluso agua) **4 horas antes de llegar**.
- Si necesita tomar medicamentos durante las 4 horas previas a su llegada, no beba más de media taza de agua (4 onzas).
- Llame si continúa evacuando heces sólidas o de color café o si su intestino no ha comenzado a vaciarse.

Prep Checklist

1 Week
Before Test

- Call your insurance company.
- Find safe transportation for the day of your test.
- Talk to your primary doctor about your diabetes and/or blood thinning medicines.
- Call if you are constipated, had trouble prepping in the past or if you've had any major health changes since you scheduled your test.
- Stop iron supplements, vitamins with iron and fish oil **5 days** before your test.

3 Days
Before Test

- Start a low fiber diet.
- Call pharmacy to pick up bowel prep.

1 Day
Before Test

If your arrival time is **before** 11:00 am:

- At 10 am** stop eating solid food and begin clear liquid diet.
- Take daily medicines (except those you were told to stop) at least 1 hour before or 1 hour after drinking prep.
- At 4 pm** start drinking dose #1 of your prep.
 - Pour one 6-ounce bottle of SUPREP liquid into the mixing bottle.
 - Add cool drinking water to the 16-ounce line on the bottle and mix well. Drink **all** the mixed liquid.
- Drink two (2) more 16-ounce bottles of water over the next 1 hour. You should be done with the prep by **6 pm**.

If your arrival time is **after** 11:00 am:

- At 2 pm** stop eating solid food and begin clear liquid diet.
- Take daily medicines (except those you were told to stop) at least 1 hour before or 1 hour after drinking prep.
- At 6 pm** start drinking dose #1 of your prep.
 - Pour one 6-ounce bottle of SUPREP liquid into the mixing bottle.
 - Add cool drinking water to the 16-ounce line on the bottle and mix well. Drink **all** the mixed liquid.
- Drink two (2) more 16-ounce bottles of water over the next 1 hour. You should be done with the prep by **8 pm**.

Day of Test

- 6 hours before arrival** prepare bowel prep dose #2:
 - Mix 16 ounces of cool water and begin drinking.
 - Drink two more 16-ounce bottles of water over the next 1 hour. Drink **all** the mixed liquid.
- Stop all liquids (even water) **4 hours before your arrival**.
- If you need to take medicine during the 4 hours before your arrival, drink no more than 1/2 cup of water (4 ounces).
- Call if you are still passing solid or brown stools or your bowels have not started to empty.