

## Preparándose para su Colonoscopia Preparación de 2 Días Usando Dosis Dividida de Solución de PEG y Citrato de Magnesio

**Importante: Por favor lea esto por lo menos una semana antes de su procedimiento**

### 1 Semana Antes de su Procedimiento Conductor

- Haga arreglos para que un adulto le lleve a casa. Usted no podrá conducir o regresar a trabajar después de su procedimiento.
- Puede tomar un taxi o autobús solo si tiene un adulto que le acompañe.
- Si necesita ayuda para encontrar la forma de ir y regresar de su cita, comuníquese con Recursos para Pacientes llamando al **(608) 821-4144**.

### Cambios en su Salud

Avísenos si presenta cualquier cambio significativo en su salud, una enfermedad, o si ha sido hospitalizado recientemente. Llame al **(608) 890-5010** para los procedimientos en DHC. Para los procedimientos en la clínica de procedimientos gastroenterológicos del Hospital UW, llame al **(608) 263-8094**.

### Cambios en los Medicamentos

#### Anticoagulantes

Es posible que deba suspender o ajustar sus medicamentos anticoagulantes antes del procedimiento.

Debe llamar al doctor que le receta el medicamento para conversar de esto, o es posible que no podamos completar su procedimiento.

### Medicamentos para la Diabetes

Es posible que sus medicamentos y las pruebas de azúcar en la sangre deban ajustarse durante su preparación. Usted debe llamar al doctor que le receta los medicamentos para conversar de esto, o es posible que no podamos completar su procedimiento.

### Hierro y Multivitamínicos con Hierro

**Deje** de tomarlos 5 días antes de su procedimiento. (No es necesario que consulte primero con su doctor.)

### En Caso de que esté Estreñido

Aquellos que con frecuencia están estreñidos o que no han llegado con el colon limpio para un procedimiento anterior podrían necesitar preparación adicional. Por favor, llame para conversar esto con más detalle.

### 3 Días Antes del Procedimiento

#### Dieta Baja en Fibra

Suspenda estos alimentos y medicamentos:

- Maíz, palomitas de maíz, semillas, o nueces
- Verduras crudas, frijoles y lentejas, papas con cáscara
- Frutas con cáscara o semillas
- Panes integrales, granola o cereales ricos en fibras
- Suplementos de Fibra (como Metamucil<sup>®</sup>, Citrucel<sup>®</sup>, o Benefiber<sup>®</sup>)
- Medicamentos Antidiarreicos (como Kaopectate<sup>®</sup>, Lomotil<sup>®</sup>, PeptoBismol<sup>®</sup> y Imodium<sup>®</sup> o loperamide)

Consulte este sitio en la red para consejos sobre lo que puede comer [www.uwhealth.org/digestivehealth](http://www.uwhealth.org/digestivehealth)

### **Recoja la Preparación Intestinal**

Llame a su farmacia para avisarles que recogerá su preparación intestinal. Por favor, recoja la preparación 3 días antes de su procedimiento. También recoja una botella de 10 oz de citrato de magnesio, esto se compra sin receta. **No mezcle la preparación intestinal** hasta el día antes del procedimiento.

### **2 Días Antes del Procedimiento**

#### **Dieta**

Usted puede comer y beber líquidos hasta el mediodía. **Después de las 12:00 del mediodía, no coma o beba alimentos sólidos, leche o productos lácteos.** Puede beber líquidos transparentes hasta la hora de acostarse. Siga consumiendo líquidos para mantenerse hidratado.

#### **Reglas de la Dieta de Líquidos Transparentes**

- **No** consuma cremas, leche u otros productos lácteos.
- **No** consuma alimentos sólidos.
- Beba por lo menos 8 vasos de líquidos transparentes durante todo el día para mantenerse hidratado.
- **No** consuma líquidos rojos o morados.

Los líquidos transparentes incluyen estos productos “transparentes”:

- Agua, bebidas deportivas transparentes como Gatorade®
- Caldo
- Café negro, te, soda
- Jugo de manzana
- Gelatina (Jell-O®)

Evite los líquidos rojos o morados (por ejemplo: jugo de arándano rojo, jugo de uva o Jell-O® roja o morada)

### **Medicamentos**

Tome los medicamentos que toma a diario, **excepto** aquellos que le indicaron suspender. Tome sus medicamentos por lo menos una hora antes o una hora después de beber su preparación.

### **Preparación Intestinal**

**Entre las 3:00 y las 5:00 PM**, tome toda la botella de citrato de magnesio. Esto podría provocar heces sueltas y cólicos leves. La rapidez del efecto depende de cada persona. Podría llevar de 30 minutos a 8 horas. Siga bebiendo únicamente líquidos transparentes.

### **1 Día Antes del Procedimiento**

Esta parte de la preparación intestinal se realiza en un proceso de 2 pasos llamado dosificación dividida.

#### **Prepare la Preparación Intestinal**

Prepare la solución de PEG en la mañana añadiendo agua tibia hasta la línea demarcada. Tape bien la botella y agítela para disolver el PEG. Siga bebiendo únicamente líquidos transparentes.

Tome los medicamentos que toma a diario, excepto aquellos que le indicaron suspender. Tome sus medicamentos por lo menos una hora antes o una hora después de beber su preparación.

### **Preparación Intestinal**

- Si su horario de llegada es **antes** de las 11 am, beba  $\frac{3}{4}$  de la jarra (12 tazas) comenzando entre las 4 y las 6 pm. Beba aproximadamente 1 taza (1 taza = 8 oz) cada 10 o 20 minutos.
- Si su horario de llegada es **después** de las 11:30 am, beba la mitad de la jarra (8 tazas) comenzando entre las

6 y las 8 pm. Beba aproximadamente 1 taza ((1 taza = 8 oz) cada 10 a 20 minutos.

- Deje de beber si se siente mal del estómago. Comience nuevamente en cuanto pueda, pero más lentamente. Cuando haya terminado de beber **la cantidad indicada según su horario de llegada**, guarde el resto de la preparación en el refrigerador.
- Siga bebiendo líquidos transparentes para mantenerse hidratado.

## **El Día del Procedimiento**

### **Dieta**

- Siga bebiendo líquidos transparentes
- Deje de beber líquidos **4 horas antes** de su horario de llegada.
- **No coma**

### **Preparación Intestinal**

- Comience a beber el resto de su preparación 5 a 6 horas antes de su hora de llegada.
- Usted debe terminar de beber los 4 galones completos antes de llegar. Al terminar la preparación, sus heces deben ser acuosas, transparentes o amarillas, sin partículas sólidas (pequeñas nuestras de heces están bien). Si usted todavía presenta heces solidas o de color café, llámenos al **(608) 890-5010**.
- Deje tiempo para que la preparación haga efecto antes de salir de su casa.

### **¿Qué Traer?**

- Su máquina de 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.

- No traiga cosas de valor, dinero o joyas.

### **Consejos para Lograr una Preparación de Colon Exitosa**

- Planifique que cada dosis demorará varias horas.
- Permanezca cerca de un baño. Abastézcase de papel higiénico y material de lectura.
- Si no le gusta el sabor de la preparación, puede agregar limonada amarilla en polvo de Crystal Light® a la mezcla. Sugerimos que prepare un vaso a la vez.
- Puede ser que beber la preparación con popote ayude a mejorarle el sabor.
- Puede masticar goma de mascar o chupar unas rodajas de lima o limón, o caramelos duros entre cada vaso. Evite los caramelos rojos o morados.
- Sugerimos que después de mezclar la preparación la ponga en el refrigerador. Sáquela del refrigerador al menos 2 horas antes de comenzar a beberla, para que no sienta demasiado frío.
- Si siente frío, intente poner una manta en la secadora para calentarla antes de usarla.

### **¿Qué esperar?**

- Su visita al Centro de Salud Digestiva de UW durará entre 2 y 3 horas, desde el momento en que se registre hasta cuando pueda irse.
- Dependerá de usted si su conductor permanece en nuestra sala de espera o en su habitación privada de preparación y recuperación, en donde se hablará de información médica privada.
- El doctor conversará con usted antes del procedimiento, contestará sus

preguntas y le pedirá que firme un formulario de consentimiento.

- Una enfermera le colocará una vía intravenosa.
- Se le administrarán medicamentos durante su procedimiento para ayudarle a relajarse y mantenerse cómodo.
- Su doctor conversará con usted después de su procedimiento, hablará sobre los resultados y le entregará un informe. Le recomendamos encarecidamente que le pida a su conductor que espere en su habitación privada para que escuche los resultados con usted. Es su decisión tener a su conductor presente cuando hable con el doctor.
- Se sentirá con sueño cuando se vaya.
- Planifique pasar el resto del día descansando en casa. No podrá conducir o regresar a trabajar debido a los medicamentos sedantes. La mayoría de los pacientes pueden regresar a sus actividades normales al día siguiente del procedimiento.
- Si se toman biopsias o se extraen pólipos, espere recibir los resultados de laboratorio entre 1 a 2 semanas después de su procedimiento, ya sea por teléfono o por correo.
- Puede tomar hasta una semana para que su hábito intestinal vuelva a la normalidad.

### ¿Cuándo Llamar?

- Si usted no puede asistir a su cita, avísenos 5 días antes.
- Si tiene cualquier pregunta sobre la preparación intestinal.
- Si siente un dolor de estómago intenso o mareos.
- Si usted no presenta una evacuación intestinal.

### ¿A Quién Llamar?

Centro de Salud Digestiva de UW Health  
7 am-5 pm- durante la semana  
**(608) 890- 5010**  
Fuera del área- **(855) 342-9900**

Centro de Procedimientos Gastrointestinales del Hospital Universitario  
7:30 am- 5:00 pm- durante la semana  
**(608) 263- 8094**  
Fuera del área **(800) 323-8942**

Fuera del horario de oficina y durante el fin de semana, llame a los números que aparecen en la lista y se le conectará con el servicio de operadores. Pida hablar con el doctor de gastroenterología (GI por sus siglas en inglés) de guardia. Dé su nombre y número de teléfono con el código de área. El doctor le devolverá la llamada.

Consulte este sitio en la red para obtener más información como videos y hojas de trabajo sobre la preparación, así como consejos sobre la dieta.

[www.uwhealth.org/digestivehealth](http://www.uwhealth.org/digestivehealth)

Si usted es un paciente que recibe atención en UnityPoint-Meriter, Swedish American o un sistema de salud fuera de UW Health, por favor use los números de teléfono que se proporcionan en sus instrucciones de alta para cualquier pregunta o preocupación.

Su equipo de cuidados médicos puede haberle dado esta información como parte de su atención médica. 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 otros miembros de su equipo médico cuando use esta información. Si tiene una emergencia, por favor llame al 911. Copyright© 11/2020. La Autoridad del Hospital y las Clínicas de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados. Producido por el Departamento de Enfermería HF#7058.

## Getting Ready for Your Colonoscopy

### Two-Day Prep Using PEG Solution Split -Dose and Magnesium Citrate

**Important: Please read at least 1 week before your procedure.**

#### 1 Week Before Your Procedure

##### Driver

- Arrange for an adult to drive you home. You will not be able to drive or return to work after your procedure.
- You may take a cab or bus only if you have an adult who can go with you.
- If you need help finding a way to get to and from your visit, contact Patient Resources at **608-821-4144**.

##### Health Changes

Notify us of any major health changes, illnesses, or recent hospital stays. Call **(608) 890-5010** for procedures at DHC. For procedures at UW Hospital GI Procedure clinic, call **(608) 263-8094**.

##### Blood Thinning Medicine Changes

You may need to stop or adjust blood thinning medicines before your procedure. You must call the doctor who prescribes the medicine to discuss this, or we may not be able to complete your procedure.

##### Diabetes Medicines

Your medicine and your blood sugar testing may need to be changed during your prep time. You must call the doctor who prescribes the medicine to discuss this, or we may not be able to complete your procedure.

##### Iron and Multivitamins with Iron

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

##### In Case You Are Constipated

Those who are often constipated or have not had a clean colon for a past procedure may need extra prep. Please call to discuss this in more detail.

#### 3 Days Before Procedure

##### Low Fiber Diet

Stop these foods and medicines:

- 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<sup>®</sup>, Citrucel<sup>®</sup>, or Benefiber<sup>®</sup>)
- Anti-diarrhea medicines (like Kaopectate<sup>®</sup>, Lomotil<sup>®</sup>, Pepto-Bismol<sup>®</sup> and Imodium<sup>®</sup> or loperamide)

See website for tips of what you can eat.  
[www.uwhealth.org/digestivehealth](http://www.uwhealth.org/digestivehealth)

##### Pick up Bowel Prep

Call your pharmacy to let them know you will be picking up your bowel prep. Please pick up your bowel prep 3 days before your procedure. Also pick up the 10 oz. bottle of magnesium citrate, this is bought over the counter. **Do not mix the bowel prep** until the day before the procedure.

#### 2 Days Before Procedure

##### Diet

You may eat and drink until noon. **After 12:00 noon, do not eat or drink solid food, milk or dairy products.** You can have clear liquids until bedtime. Keep drinking to stay hydrated.

### Clear Liquid Diet Rules

- **No** creamers, milks or other dairy products.
- **No** solid food.
- Drink at least 8 glasses of clear liquids all day to stay hydrated.
- **No** red or purple liquids.

Clear liquids include these “see-through” items:

- Water, clear sports drinks like Gatorade®
- Broth
- Black coffee, tea, soda
- Apple juice
- Jell-O®

Avoid red or purple liquids (i.e. cranberry juice, grape juice, red or purple Jell-O®)

### Medicines

Take your daily medicine, **except** those you were told to stop. Take your medicines at least one hour before or one hour after drinking your prep.

### Bowel Prep

**At 3:00- 5:00PM** drink the full bottle of magnesium citrate. This may give you loose stools and mild cramping. How fast it starts to work depends on the person. It could take from 30 minutes to 8 hours. Keep drinking clear liquids only.

### 1 Day Before Procedure

This part of the bowel prep is done in 2 steps called split dosing.

### Prepare the Bowel Prep

In the morning, mix the PEG solution by adding lukewarm water to the fill line. Cap the bottle tightly and shake to dissolve.

Keep drinking clear liquids only.

Take your daily medicine, except those you were told to stop. Take your medicines at

least one hour before or one hour after drinking your prep.

### Bowel Prep

- If your arrival time is **before** 11am, drink  $\frac{3}{4}$  of the jug (12 cups) starting between 4 pm and 6 pm. Drink about 1 cup (1 cup = 8 oz.) every 10-20 minutes.
- If your arrival times is **after** 11:30 am, drink  $\frac{1}{2}$  of the jug (8 cups) starting between 6 pm and 8 pm. Drink about 1 cup (1 cup = 8 oz.) every 10-20 minutes.
- Stop drinking if you feel sick to your stomach. Start again as soon as you are able at a slower rate. Once you have finished **the amount listed above based on arrival time**, put the rest of the prep in the fridge.
- Keep drinking clear liquids to stay hydrated.

### Procedure Day

#### Diet

- Stay on clear liquids
- Stop drinking liquids **4 hours before** your arrival time
- **No Food**

#### Bowel Prep

- Start to drink the rest of your prep 5 to 6 hours before you arrive.
- You must be finished drinking the entire gallon 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, call us at **(608) 890-5010**.
- Allow time for prep to work before leaving home.

### **What to Bring**

- CPAP or BiPAP and any inhalers that you use.
- Eyeglass or contact lens case, denture cup
- Ostomy supplies
- Wear comfortable clothing.
- Do not bring valuables, money, or jewelry.

### **Tips for a Successful Colon Prep**

- Plan on each dose taking several hours.
- Stay near a bathroom. Stock up on soft toilet paper and reading materials.
- If you don't like the taste of the prep, you may add yellow lemonade Crystal Light<sup>®</sup> to the mixture. We suggest mixing it into 1 glass at a time.
- Drinking the prep through a straw may help improve the taste.
- Between glasses, you can chew gum or suck on slices of lime or lemon or hard candies. Avoid red or purple candy.
- After you mix the prep, we suggest you put it in the fridge. Take it out of the fridge at least 2 hours before you start drinking it, so you won't feel too cold.
- If you get chilled, try putting a blanket in the dryer to warm it up before using.

### **What to Expect**

- Your visit at UW Digestive Health Center will last about 2 -3 hours, from the time you check in until the time you can leave.
- It is up to you if your driver stays in our waiting room or in your private room where private medical information will be discussed.

- Before the procedure, the doctor will talk with you, answer questions, and ask you to sign a consent form.
- An IV will be placed by a nurse.
- Medicines will be given during your procedure to help you relax and keep you comfortable.
- After your procedure, your doctor will talk with you about the results and give you a report. We strongly suggest that you have your driver wait in your private room to hear the results with you. It is your choice to have your driver with you when the doctor talks to you.
- You will feel sleepy when you leave.
- Plan to spend the day resting at home. You cannot drive or return to work due to the sedation medicines. Most patients can return to their normal activities the day after their procedure.
- If biopsies are taken or polyps removed, you can expect to get lab results 1-2 weeks after your procedure, either by phone or by mail.
- It may take up to a week for your bowel habits to return to your normal.

### **When to Call**

- If you are unable to keep your appointment, let us know 5 days before.
- Any questions about your bowel prep
- If you are having bad stomach pain, or dizziness
- If you don't have a bowel movement

**Who to Call**

UW Health Digestive Health Center

7 am-5 pm- weekdays

**(608) 890- 5010**

Out of area- **(855) 342-9900**

University Hospitals GI Procedure Center

7:30 am- 5:00 pm- weekdays

**(608) 263- 8094**

Out of area **(800) 323-8942**

After hours and on weekends, call the numbers listed and you will be connected with paging. Ask for the Gastroenterology (GI) doctor on call. Give your name and phone number with area code. The doctor will call you back.

See website to find out more such as, prep video, diet tips, and prep worksheet.

[www.uwhealth.org/digestivehealth](http://www.uwhealth.org/digestivehealth)