

## Preparación para su Colonoscopia (PEG/Polietilenglicol)

Este folleto le indicará cómo prepararse para la colonoscopia y qué esperar después de la misma.

**Por favor, lea esto al menos 1 semana antes de su procedimiento.**

### 1 Semana Antes del Procedimiento

- Disponga que un adulto le lleve a casa después del procedimiento. Usted no podrá conducir ni regresar al trabajo después del procedimiento.
- Puede tomar un taxi o un autobús solo si cuenta con un adulto que le acompañe.
- Si necesita ayuda para encontrar la manera de ir a su visita y volver a casa, llame al Departamento de Recursos para Pacientes (*Patient Resources*) al **608-821-4144**.

### Cambios en la Salud

Infórmenos de cualquier cambio importante en su salud, enfermedades o estadías recientes en el hospital.

### Medicamentos Anticoagulantes

Es posible que tenga que suspender o ajustar la dosis de su medicamento anticoagulante antes del procedimiento. Debe hablar de esto con el doctor que le receta el medicamento o quizás tengamos que reprogramar su visita.

### Medicamentos para la Diabetes

Es posible que tenga que suspender o ajustar la dosis de su medicamento para la diabetes y/o las pruebas de azúcar en la sangre durante su preparación para el procedimiento. Debe hablar de esto con el doctor que le receta el medicamento o quizás tengamos que reprogramar su visita.

### Hierro y Multivitaminas con Hierro

Deje de tomarlo 5 días antes de su procedimiento. (No necesita contactar a su doctor antes de hacerlo).

### Estreñimiento

Es posible que necesite tomar una cantidad extra del preparado intestinal si se estreñe con frecuencia o si su colon no estaba limpio durante un procedimiento anterior. Por favor, llame para hablar de esto con más detalle.

### 3 Días Antes del Procedimiento

#### Dieta Baja en Fibra

Suspenda estos alimentos y medicamentos:

- Maíz/elote, palomitas de maíz, semillas o frutos secos. Verduras crudas, frijoles y lentejas, piel de papas.
- Frutas con piel o semillas.
- Panes de grano integral, granola o cereales ricos en fibra.
- Suplementos de fibra (como Metamucil<sup>®</sup>, Citrucel<sup>®</sup>, o Benefiber<sup>®</sup>).
- Medicamentos para la diarrea (como Kaopectate<sup>®</sup>, Lomotil<sup>®</sup>, Pepto-Bismol<sup>®</sup> e Imodium<sup>®</sup> o loperamida).

Para obtener consejos sobre lo que puede comer, acuda a la página web:

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

### Recoja el Preparado Intestinal

Llame a su farmacia para avisarles que irá a recoger su preparado intestinal. Por favor, recójalo 3 días antes del procedimiento. **No lo mezcle** hasta el día antes del procedimiento.

## 1 Día Antes del Procedimiento

### Mezcle el Preparado Intestinal

Mézclelo siguiendo las indicaciones en el envase y métalo en la nevera. Siga los pasos indicados en este folleto para beber el preparado, no las instrucciones que vienen en el envase.

### Dieta de Líquidos Transparentes/Claros

- Si su hora de llegada es **antes** de las 11 am, deje de comer alimentos sólidos a las 10 am y empiece entonces la dieta de líquidos transparentes.
- Si su hora de llegada es **después** de las 11:30 am, deje de comer alimentos sólidos a las 2 pm y empiece entonces la dieta de líquidos transparentes.

### Reglas de la Dieta de Líquidos Transparentes

- **No** consuma crema/nata, leche ni otros productos lácteos
- **No** consuma líquidos rojos o morados
- **No** consuma alimentos sólidos.
- Para prevenir la deshidratación, beba al menos 8 vasos de líquidos transparentes a lo largo del día

Los líquidos transparentes incluyen aquellos a través de los cuales se puede ver:

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

### Medicamentos

Tome hoy los medicamentos que toma diariamente, **excepto** aquellos que le indicaron que suspendiera. Tome sus

medicamentos al menos una hora antes o una hora después de beber el preparado.

### Preparado Intestinal

- Si su hora de llegada es **antes** de las 11 am, empiece a beber **3/4** del envase (12 tazas) entre las 4 pm y las 6 pm.
- Si su hora de llegada es **después** de las 11:30 am, empiece a beber la **1/2** del envase (8 tazas) entre las 6 pm y las 8 pm.
- Beba aproximadamente 1 taza (1 taza = 8 oz.) cada 10 a 20 minutos.

Es posible que tenga hinchazón abdominal y/o náusea. Usted tendrá evacuaciones sueltas y luego líquidas. Esto es normal. Si tiene mucha náusea o vómito, beba más despacio o deje de beber por 30 minutos y vuelva a empezar. Si no ha evacuado después de varias horas, si tiene cólicos severos o se siente mareado(a) o con sensación de desmayo, llámenos al **(608) 890-5010**.

### Día del Procedimiento

#### Dieta

- **No coma nada**
- Continúe la dieta con solo líquidos transparentes (que **no** sean rojos ni morados)
- Deje de beber completamente, incluso agua\*, 4 horas antes de su llegada.

### Preparado Intestinal

Empiece a beber el resto del preparado intestinal entre 5 y 6 horas antes de llegar.

\*No puede beber más de ½ taza (4 onzas) de agua cuando tome sus medicamentos y debe hacerlo al menos 1 hora antes de su llegada.

A medida que vaya acabando el preparado, sus evacuaciones deberían ser aguadas y transparentes o amarillentas y no deben contener ningún sólido (está bien si contienen motas de heces). Si sigue eliminando deposiciones sólidas o de color café, llámenos al **(608) 890-5010**.

### **Qué Debe Traer**

- Máquina de CPAP o BiPAP y cualquier inhalador que use
- Estuche para lentes o lentes de contacto, recipiente para la dentadura postiza
- Suministros para la ostomía
- Venga con ropa cómoda
- No traiga objetos de valor, dinero ni joyas

### **Qué Esperar**

- Su visita durará aproximadamente de 2 a 3 horas desde su registro y hasta que pueda marcharse.
- Usted decidirá si desea que la persona que maneja permanezca en nuestra sala de espera o que esté en su cuarto privado durante la preparación y la recuperación, donde se conversará sobre información médica privada.
- Antes del procedimiento, el doctor hablará con usted, responderá sus preguntas y le pedirá que firme un formulario de consentimiento.
- Una enfermera le pondrá una vía intravenosa.
- Usted recibirá medicamentos para ayudarlo a relajarse y mantenerle cómodo(a).
- Después del procedimiento, su doctor hablará con usted sobre los resultados y le dará un informe. Le sugerimos encarecidamente que la persona encargada de manejar espere con usted en su cuarto privado para que también oiga los resultados.

- Se sentirá adormecido(a) cuando se marche.
- Planee pasar el día descansando en casa. Usted no podrá manejar ni regresar al trabajo debido a los medicamentos sedantes. La mayoría de los pacientes pueden reanudar su rutina normal al día siguiente.
- Si se realizaron biopsias o extirparon pólipos, espere recibir los resultados 1 a 2 semanas después de su procedimiento, ya sea por teléfono o por correo.
- Puede pasar hasta una semana antes de que sus hábitos intestinales vuelvan a la normalidad.

### **Consejos para Preparar el Colon de Forma Satisfactoria**

- Planee que cada dosis dure varias horas.
- Permanezca cerca de un baño. Debe abastecerse de papel higiénico suave y material de lectura.
- Si no le gusta el sabor del preparado, puede añadir limonada amarilla de Crystal Light® a la mezcla. Sugerimos que la añada a cada vaso por separado.
- Es posible que el sabor mejore si bebe el preparado con un popote.
- Puede masticar chicle o chupar una rodaja de limón o caramelos duros transparentes (evite los caramelos rojos o morados ya que pueden manchar el colon) entre un vaso y otro.
- Después de mezclar el preparado, le sugerimos que lo meta en la nevera. Sáquelo de la nevera al menos 2 horas antes de empezar a beber para que así no sienta tanto frío.
- Si siente frío, pruebe calentar una cobija en la secadora antes de usarla.

Acuda a la siguiente página web para recibir más información, como un video de la preparación, consejos dietéticos y una hoja de trabajo para la preparación.

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

### **A Quién Debe Llamar**

Centro de Salud Digestiva  
(Digestive Health Center)  
**(608) 890-5010**

Clínica de Procedimientos Gastrointestinales  
del Hospital de UW  
(UW Hospital GI Procedure Clinic)  
**(608) 263-8094**

Meriter/Unity Point  
**(608) 417-6389**

The English version of this *Health Facts for You* is #7478

Si usted es un paciente que recibe atención médica en UnityPoint – Meriter, Swedish American o en un sistema de salud fuera de UW Health, por favor use los números de teléfono que le proporcionaron en sus instrucciones de alta si tiene cualquier pregunta o inquietud.

Su equipo médico 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© 2/2020. La Autoridad del Hospital y las Clínicas de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados. Producido por el Departamento de Enfermería. HF#7478s

## Getting Ready for Your Colonoscopy (PEG)

This handout will tell you how to prepare for and what to expect after your colonoscopy.

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

### 1 Week Before Procedure

- 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

Tell us about any major health changes, illnesses, or recent hospital stays.

### Blood Thinning Medicine

You may need to stop or adjust your blood thinning medicine before your procedure. You must call the doctor who prescribes the medicine to discuss this or we may have to reschedule your visit.

### Diabetic Medicines

You may need to stop or adjust your diabetes medicine and/or blood sugar testing while you prep. You must call the doctor who prescribes the medicine to discuss this or we may need to reschedule your visit.

### Iron & Multivitamins with Iron

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

### Constipation

You may need extra prep if you are often constipated or have not had a clean colon for a past procedure. 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. **Do not mix** until the day before the procedure.

### 1 Day Before Procedure

#### Mix the Prep

Mix as instructed on the jug and put it in the fridge. Follow the steps in this handout for drinking the prep, not the directions on the jug.

### Clear Liquid Diet

- If your arrival time is **before** 11 am, stop eating solid food and begin clear liquid diet at 10 am.
- If your arrival time is **after** 11:30 am, stop eating solid food and begin clear liquid diet at 2 pm.

### Clear Liquid Diet Rules

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

Clear liquids include these “see-through” items:

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

### Medicines

Take your daily medicines today, **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** 11 am, drink **3/4** of the jug (12 cups) starting between 4 pm and 6 pm.
- If your arrival time is **after** 11:30 am, drink **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.

You may have bloating and/or nausea. You will have loose, then liquid, stools. This is normal. If you have a great deal of nausea or vomiting, slow down or stop for 30 minutes. Then start again. If your bowels do not

begin to empty after several hours, or you have severe cramping, feel dizzy, or lightheaded, call us at **(608) 890-5010**.

### Procedure 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

Begin drinking the rest of the bowel prep 5-6 hours before you arrive.

\*You may have no more than ½ cup (4 ounces) water with medicines at least 1 hour 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**.

#### 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

#### What to Expect

- Your visit 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 prep and recovery 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.
- A nurse will place an IV.
- You will get medicines 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.
- 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 routine the next day.
- If you have biopsies 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.
- 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, as these can stain your colon).
- 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.

**See website for more information such as a prep video, diet tips, and prep worksheet.**

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

#### **Who to Call**

Digestive Health Center  
**(608) 890-5010**

UW Hospital GI Procedure Clinic  
**(608) 263-8094**

Meriter/Unity Point, call  
**(608) 417-6389**

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

- Plan on each dose taking several hours.
- Stay near a bathroom. Stock up on soft toilet paper and things to read.
- If you don't like the taste of the prep, you may add yellow lemonade Crystal Light® to the mixture. We suggest mixing it into 1 glass at a time.