



ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ

ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਸਤ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਮੁਤਾਬਕ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਦਵਾਈ ਵੱਡੀ ਆਂਤੜੀ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਜਜ਼ਬ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਦਿਨ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਤਿੰਨ ਤੋਂ ਚਾਰ ਲੀਟਰ ਤਰਲ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਪੂਰਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਦਿਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪੀਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਘਟਣਾ (ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ) ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਚੱਕਰ ਆਉਣ, ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਥਕੇਵੇਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦਵਾਈ ਇਕ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਸਟਮ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਹੋਰ ਵੀ ਛੇਤੀ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਵੇਗੀ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਨਾ ਜਾਓ! ਦਵਾਈ ਤੁਹਾਡੀ ਆਂਤੜੀ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਰਗਰਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਟੱਟੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਿਜ਼ਾਬੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਹੇਠਲਾ ਪਾਸਾ ਦੁਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੋਆਇਲਟ ਪੇਪਰ ਦੀ ਥਾਂ ਬੇਬੀ ਵਾਈਪਸ ਵਰਤਣ, ਕੁਝ ਹਲਕੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵੈਸਲੀਨ ਜਾਂ ਜ਼ਿਕ ਦੀ ਮੱਲੂਮ ਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨੋਟ:

- ਸਿਰਫ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਖੂਨ ਵਿਚਲੇ ਲੂਣ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸੰਭਵ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਜਿਸ ਵਿਚ ਚਿੱਤ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ, ਢਿੱਡ ਵਿਚ ਗੜਬੜ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਲਟੀਆਂ ਹਟਣ ਨਾ, ਢਿੱਡ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੀੜ ਹੋਵੇ, ਖੂਨ ਵਾਲੀ ਟੱਟੀ ਆਵੇ, ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੋਵੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਉ।
- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ! ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਕੈਂਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।



ਆਪਣੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਇਕ ਟੈਸਟ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪਿਸਟ ਨੂੰ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪ ਨਾਂ ਦੇ ਇਕ ਖਾਸ ਯੰਤਰ ਨਾਲ ਗੁਦਾ (ਰੈਕਟਮ) ਅਤੇ ਕੋਲਨ (ਵੱਡੀ ਆਂਦਰ) ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਤਹਿ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪ ਇਕ ਲਚਕਦਾਰ ਟਿਊਬ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਇਕ ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਨਿੱਕਾ ਕੈਮਰਾ ਲੱਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲਨ (ਵੱਡੀ ਆਂਦਰ) ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਲੈ ਸਕੇ। ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਦੌਰਾਨ, ਟਿਸੂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਲਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰਸੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

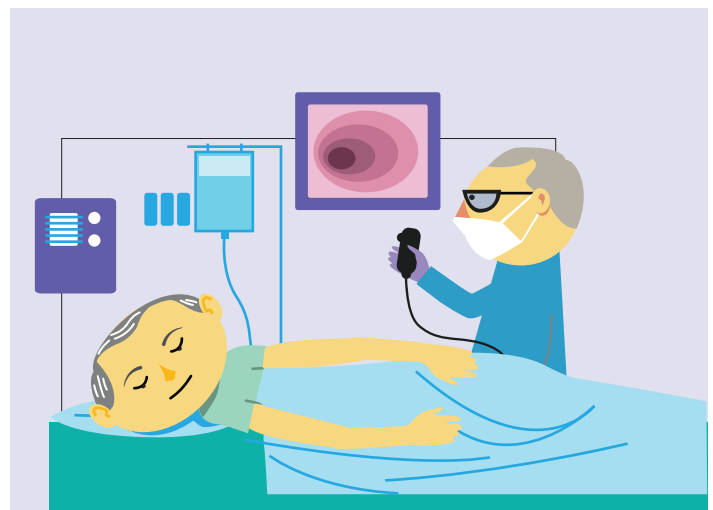
ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ

ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਕੈਂਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਦੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਇਸ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲਨ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਸਾਫ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਕੋਲਨ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ, ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਿੱਜੀ ਪਿਛੋਕੜ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖੇਗਾ।

ਇਸ ਦਵਾਈ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਹਫਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਸੱਤ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿਚ ਵੀ ਕੁਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ।



ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਲਿਸਟ



7 ਦਾਅਵੇ ਬਣਾਓ

- ਆਪਣੀ ਲੋਕਲ ਫਾਰਮੇਸੀ ਜਾਂ ਡਰੱਗ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਦਵਾਈ ਖਰੀਦੋ।
- ਆਇਰਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਲੈਣੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉ।

ਨੋਟ: _____

5 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ

- ਬੀਜ, ਗਿਰੀਆਂ, ਮੱਕੀ, ਸਾਬਤ ਅਨਾਜ ਦੀ ਬਰੈੱਡ ਅਤੇ ਗਰੈਨੋਲਾ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।

ਨੋਟ: _____

1 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ

- ਸਿਰਫ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਤਰਲ ਹੀ ਲਉ। ਸ਼ਰਾਬ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲਉ।

ਨੋਟ: _____

ਸਾਫ ਤਰਲਾਂ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ

ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਸਿਰਫ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਲਉ ਸਗੋਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਤਰਲ ਲਉ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲੈਕਟਰੋਲਾਈਟਸ ਦੀ ਘਾਟ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤਰਲਾਂ ਵਿਚ ਲਾਲ ਜਾਂ ਵੈਂਗਣੀ ਰੰਗ ਦੀ ਫੂਡ ਕਲਰਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।



*ਦੁੱਧ ਜਾਂ ਕਰੀਮਰ ਨਹੀਂ

ਟੈੱਸਟ ਵਾਲੇ ਦਿਨ

- ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚੋ ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਕੇਅਰ/ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਉ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਘਰ ਛੱਡੋ।
- ਸੈਂਟ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਲਾਉ।
- ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਬਾਲਗ ਰੱਖੋ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਲਿਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕੇ।

ਨੋਟ: _____

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

Colon Screening Program
801-686 West Broadway,
Vancouver, BC V5Z1G1
1-800-663-9203
www.screeningbc.ca/colon