MICHIGAN MEDICINE
UNIVERSITY OF MICHIGAN

إرشادات تحضير الأمعاء لإجراء تنظير القولون بمحلول 6 لتر
البولي إيثيلين جليكول/الكتروليت- الاسم العام (PEG/Electrolyte-Generic)،
, تريليت (TriLytely) نيوليتلي (NuLYTELY®) ، جوليتلي (GoLYTELY®) ،
كوليت (CoLyte®)

6-Liter Colonoscopy Bowel Prep Instructions
PEG/Electrolyte-Generic, NuLYTELY®, GoLYTELY®, CoLyte®, and TriLytely (Arabic)

أرجع إلى صفحة التعليمات هذه أسبوع كامل قبل تنظير قولونك.

Refer to this instruction sheet for the entire week before your colonoscopy.

تعليمات تنظير القولون التحضيرية في غاية الأهمية لعملية تنظير قولون ناجح. إذا لم تتبع التعليمات بدقة فلن تكون أمعائك مستعدة لهذا الإجراء، وسوف تحتاج إلى تكرار هذا الإجراء.

Colonoscopy prep instructions are extremely important for a successful colonoscopy. If you do not follow the instructions precisely, your bowels may not be ready for the procedure and you will need to repeat the procedure.

التخطيط لتنظير القولون

Planning for Your Colonoscopy

الرجاء قراءة الإرشادات حال تلقى هذه المعلومات ووضع علامة تأشير في كل مربع على أنك قمت بفهم كل بند.

Please read as soon as you receive this information and check off each box to indicate that you understand each item.

☐ **يجب عليك القيام بإعداد الأمعاء.** إذا لم تتلقّى محلول تحضير الأمعاء، الرجاء الاتصال بمركز اتصالات قسم التنظير الداخلي على الرقم التالي: 9250-936(734) أو الاتصال على الرقم المجاني: 2626-758(877).

You must do a bowel prep. If you have not received a bowel prep, call the Endoscopy Call Center at **(734) 936 - 9250** or toll-free at **(877) 758 - 2626.**

☐ **ما اسم محلول التحضير؟** _____

What is the name of your prep?

- نوصي بالحصول على وصفتك الطبية قبل أسبوع على الأقل من الإجراء.

  We recommend that you fill your prescription at least a week before your procedure.

☐ **يجب أن يكون بصحبتك سائق عند وقت الإجراء.**

You must have a driver with you at the procedure.

- يجب أن يكون معك سائق على أن يكون **18 سنة أو أكبر** وان يكون متواجداً معك أثناء التسجيل وكذلك أثناء خروجك من المستشفى.

  You must have a driver who is 18 years or older present at check in and discharge. If you do not have a driver with you at check in, we will reschedule your appointment.

- قد يستغرق الإجراء بأكمله 3 إلى 4 ساعات. الرجاء إبلاغ سائقك بأن عليه البقاء في مكان موعد التنظير خلال فترة زيارتك بأكملها.

  Your entire procedure may take 3 to 4 hours to complete. Please tell your driver that they must remain at the colonoscopy appointment during your entire visit.

- **الرجاء ترك جميع المجوهرات والأشياء الشخصية في المنزل.** إذا قمت بإحضار المجوهرات إلى موعدك فمن الممكن أن نطلب منك أن تنزعها.

Please leave all jewelry and personal items at home. If you bring jewelry to your appointment, we may have to ask you to remove it.

- **لا تلبس العدسات اللاصقة.**

Please do not wear contact lenses.

☐ **إذا كان لديك مرض السكري فعليك الإتصال بطبيبك.**

If you have diabetes you must call your doctor

- للمصابين بالسكري لديهم تعليمات خاصة بالنظام الغذائي والأدوية. اتصل بالطبيب الذي وصف لك تنظير القولون للحصول على تعليمات النظام الغذائي والدوائي الخاص بك.

  People with diabetes have special diet and medicine instructions. Call the doctor who ordered your colonoscopy for your special diet and medicine instructions.

☐ **قم بمشاهدة الفيديو الذي يقوم بوصف مخاطر وفوائد تنظير القولون (هذا الفيديو باللغة الإنجليزية)**

- قم بزيارة الموقع : http://michmed.org/EXL6d

☐ **View the video describing risks and benefits of colonoscopy**

- Visit: http://michmed.org/EXL6d

☐ **إذا كنت بحاجة إلى إعادة جدولة إذا كنت بحاجة إلى إعادة جدولة**

If you need to reschedule

- اتصل على الرقم التالي: 9250-936(734)أو الاتصال على الرقم المجاني: 2626-758(877) .
- Call **(734) 936 - 9250** or toll-free **(877) 758 - 2626.**

الجدول الزمني لإعداد تنظير القولون

Timeline of the Colonoscopy Preparation

كيف سيتم تحديد جدول الإعداد لتنظير القولون الخاص بي؟

How will I determine my colonoscopy prep schedule?

سوف يساعدك الجدول الزمني أدناه على تحديد أي يوم من الأسبوع لبدء الإعداد. استخدام قلم تضليل أو ضع دائرة حول الصف الصحيح لتحديد اليوم الذي سيتم بدء عملية الإعداد. **ستبدأ عملية الإعداد في بداية اليوم.**

The timeline table below will help you determine which day of the week to start your preparation. Use a highlighter or circle the correct row to determine which day you will start the prep. **The prep process will begin at the start of the day**.

إذا قمت بإعادة جدولة موعدك **فيجب عليك** إعادة الجدول الزمني بحيث يتطابق مع التاريخ الجديد.

If you reschedule your appointment, you **must** redo the timeline table to match your new date.

موعدي في:

My Appointment Is: _____

(التاريخ، اليوم، الوقت)(Date, Day, Time)

الجدول الزمني

Timeline Table

موعدي في: **My Appointment is on**	**7 أيام قبل موعدي هو يوم:** **7 days before my appointment is a:**	**3 أيام قبل موعدي هو يوم:** **3 days before my appointment is a:**	**2 أيام قبل موعدي هو يوم:** **2 days before my appointment is a:**	**يوم واحد قبل موعدي هو يوم:** **1 day before my appointment is a:**
الاثنين Monday	الاثنين Monday	الجمعة Friday	السبت Saturday	الأحد Sunday
الثلاثاء Tuesday	الثلاثاء Tuesday	السبت Saturday	الأحد Sunday	الاثنين Monday
الأربعاء Wednesday	الأربعاء Wednesday	الأحد Sunday	الاثنين Monday	الثلاثاء Tuesday
الخميس Thursday	الخميس Thursday	الاثنين Monday	الثلاثاء Tuesday	الأربعاء Wednesday
الجمعة Friday	الجمعة Friday	الثلاثاء Tuesday	الأربعاء Wednesday	الخميس Thursday
السبت Saturday	السبت Saturday	الأربعاء Wednesday	الخميس Thursday	الجمعة Friday

قبل تنظير القولون بسبعة أيّام: يوم:

Day: 7 days before your colonoscopy _____

سجل اليوم وفقا للجدول الزمني

Fill in the day according to the timeline table

- **لا تقم بإيقاف** الأسبرين.

  Do not stop your aspirin.

- إذا كنت تأخذ مميع للدم، أخبر الطبيب الذي أمر بتنظير القولون. إذا كنت غير متأكد من أن كنت تأخذ مميع للدم، اتصل بطبيبك.

  If you take a blood thinner, tell the doctor who ordered your colonoscopy. If you are unsure that you are taking blood thinners, please contact your doctor.

- التوقف عن تناول أي مكملات الحديد، مثل كبريتات الحديد (ferrous sulfate) أو مركب الحديد عديد السكريد (polysaccharide iron complex)

  Stop taking any iron supplements, such as ferrous sulfate or polysaccharide iron complex.

- توقف عن أخذ فينترمين (أديباكس-بي، لوميرا، فاستن، فينتركوت) فينترمين + توبيراميت (كسيميا). هذا دواء لإنقاص الوزن.

  Stop taking Phentermine (Adipex-P, Lomira, Fastin, Phentercot) Phentermine + topiramate (Qsymia). This is a weight loss medication.

قبل تنظير القولون بثلاثة أيّام: **يوم:**

Day: 3 days before your colonoscopy

_____

سجل اليوم وفقا للجدول الزمني

Fill in the day according to the timeline table

- توقف عن تناول الفوشار، الذرة، الفاصولياء، المكسّرات، الفواكه ذات البذور الصغيرة، البندورة/ والكرفس.

  Stop eating popcorn, corn, beans, nuts, fruits with small seeds, tomatoes and celery.

قبل تنظير القولون بيومين: **يوم:**

Day: 2 days before your colonoscopy

_____

سجل اليوم وفقا للجدول الزمني

Fill in the day according to the timeline table

لا تتناول الأغذية الصلبة من الآن وحتى انهاء الإجراء. ابدأ بتناول نظام غذاءي بتناول السوائل الشفافة (ادناه). اشرب ثمان (8) أكواب من الماء على الأقل خلال اليوم لتجنب الإصابة بالجفاف.

No solid food from now until your procedure is done. Begin a clear liquid diet (below). Drink at least 8 glasses of water during the day to avoid dehydration.

لا تشرب هذه السوائل:	يمكنك شرب هذه السوائل الشفافة:
Do not drink these liquids: • المشروبات الكحوليّة Alcohol • الحليب أو القشدة الخالية من الألبان. Milk or non-dairy creamer • العصير مع اللّب. Juice with pulp • أي سائل لا يمكنك الرؤية من خلاله. Any liquid you cannot see through • الحلوى الصلبة Hard candy **ملاحظة: لا شيء أحمر أو أرجواني اللون** **Note: Nothing Red or Purple**	**You may drink these clear liquids:** • "جاتريد" (Gatorade)، Crystal "كرستل لايت ليمونيد" Light Lemonade, "، بيدلايت"(® Pedialyte) أو "باوريد" (® Powerade) Gatorade, Crystal Light Lemonade®, Pedialyte® or Powerade® • القهوة أو الشاي (بدون الحليب) Coffee or tea (black only) • المشروبات الغازية أو غير الغازية Carbonated or non-carbonated soda • المشروبات بنكهة الفاكهة Fruit-flavored drinks • عصير التفاح، عصير التوت البرّي أو عصير العنب الأبيض. Apple juice, white cranberry juice or white grape juice • الهلام أو المصاصات المثلجة Jell-O or popsicles • المرق Broth

قبل التنظير بيوم **يوم:**

Day: The day before your colonoscopy

_____

سجل اليوم وفقا للجدول الزمني

Fill in the day according to the timeline table

- استمر ببرنامج تناول السوائل الشفافة طوال اليوم. لا تتناول الأطعمة الصلبة.

  Continue the clear liquid diet throughout the day. No solid foods.
- امزج محلول التحضير مع ماء فاتر. بإمكانك تبريده لمدة 5 ساعات على الأقل لجعله سهل الشرب، أو يمكن أن تشربه في درجة حرارة الغرفة.

  Mix your prep solution with lukewarm water. You may chill it at least 5 hours to make it easier to drink, or, you can drink it at room temperature.
- في الساعة 8:00 صباحاً اشرب كوب واحد 8 أوقية من محلول البولي إيثيلين جليكول/الكتروليت - الاسم العام (PEG/Electrolyte-Generic)، NuLYTELY®، GoLYTELY®, أو CoLyte® أو وتريليت (TriLytely) ومواصلة شرب كوب واحد 8 أوقية كل 15 دقيقة حتى الانتهاء من شرب لترين (64 أوقية) من محلول الإعداد.

  At 8 am drink one 8-ounce glass of PEG/Electrolyte-Generic, NuLYTELY®, GoLYTELY®, CoLyte®, or TriLytely solution and continue drinking one 8-ounce glass every 15 minutes until 2 liters (64 ounces) of the prep solution is gone.
- بين 5:00 مساءً و 6:00 مساءً:اشرب لترين آخرين (64 أوقية) من محلول الإعداد

على مدى ساعتين.

Between 5 and 6 pm: drink another 2 liters (64 ounces) of the prep solution over the course of 2 hours.

يوم إجراء تنظير القولون (ابتداءً من الساعة 12 بعد منتصف الليل)

The day of your colonoscopy (starting at 12 am midnight)

- **لا تأكل** الطعام الصلب أو المرق أو الهلام

No solid foods, broth or Jello.

5 ساعات قبل مغادرة المنزل والتوجه لإجراء تنظير القولون

5 hours before leaving home for your colonoscopy

اليوم/الوقت:
Day/Time: _____

سجل اليوم وفقا للجدول الزمني

Fill in the day according to the timeline table

- قد تضطر للاستيقاظ في وقت مبكر.

You may have to wake up early.

- إبدأ بشرب آخر لترين (64 أوقية)، بنفس الطريقة التي شربت بها اللترات الأربعة السابقة (128 أوقية)، أي: شرب كوب واحد 8 أوقية كل 15 دقيقة حتى تنتهي من شرب أخر لترين (64 أوقية). إذا كنت تشرب وفقا للجدول الزمني سيتم الانتهاء من الشرب 3 ساعات قبل مغادرة المنزل.

Begin drinking the final 2 liters (64 ounces), the same way you drank the previous 4 liters (128 ounces), i.e.: drink an 8-ounce glass **every 15 minutes** until the final 2 liters (64 ounces) are gone. If you drink according to schedule, you will finish drinking 3 hours before leaving home.

- تناول أدويتك الصباحية مع كمية قليلة من الماء 4 ساعات قبل وقت الموعد (إلا إذا نصحوك خلاف ذلك). إذا كنت تأخذ أدوية مرض السكري اتبع تعليمات طبيبك.

Take your morning medications with a small amount of water 4 hours before your appointment time (unless you have been told otherwise). If you take Diabetes medications follow your doctor's instructions.

قبل تنظير القولون بساعتين

2 hours before your colonoscopy

اليوم/الوقت:
Day/Time: _____

سجل اليوم وفقا للجدول الزمني

Fill in the day according to the timeline table

- وقف كل شيء عن طريق الفم، بما في ذلك جميع السوائل والتدخين والعلكة.

Stop everything by mouth, including all liquids, smoking and chewing gum.

Important! هام جداً!

إذا اتبعت جميع التعليمات ، فإن البراز سيكون سائلًا صافياً أو أصفراً وتكون مستعداً لتنظير القولون.

إذا كان البراز متشكل أو لم يسير تحضيرك كما هو متوقع ، الرجاء الاتصال بالرقم:9250-936- (734) أو على الرقم المجاني: 2626-758-(877) بعد ساعات العمل أو في عطلة نهاية الأسبوع أو الأعياد أتصل علي بدالة الإستدعاء "البيجر" علي الرقم 6267-936-(734) وأطلب التحدث مع طبيب الجهاز الهظمي المناوب.

If you followed **all** of the instructions, your stool will be a clear or yellow liquid and you are ready for your colonoscopy.
If your stool is formed or your preparation is not going as expected call (734)936-9250 or toll-free (877) 758-2626. After business hours, on weekends or holidays call the paging operator at (734) 936-6267 and ask to speak with the GI doctor on call.

نصائح لتنظيف القولون:

Colon cleansing tips:

1. إبقى قريباً من مكان المرحاض! سيكون لديك إسهال، والذي قد يحدث بشكل مفاجئ. هذا طبيعي.
   Stay near a toilet! You will have diarrhea, which can be quite sudden. This is normal.
2. حاول شرب المحلول بالقصبة. قد يكون من الأسهل تحمله.
   Try drinking the solution with a straw. It may be easier to tolerate.
3. في حالات نادرة، قد يعاني بعض الأشخاص من الغثيان والتقيؤ عند شرب المحلول. إذا حدث ذلك، امنح نفسك فترة استراحة لمدة 30 دقيقة، اشطف فمك أو نظّف اسنانك بالفرشاة، ثم استمر بشرب محلول التحضير.
   Rarely, people may have nausea or vomiting with the prep. If this occurs, give yourself a 30 -minute break, rinse your mouth or brush your teeth, then continue drinking the prep solution.
4. من الشائع والطبيعي أن تشعر بعدم الارتياح أو وجع في بطنك لحين طرد البراز من القولون (هذا قد يستغرق 2 إلى 4 ساعات وأحياناً أكثر من ذلك).
   You may have bowel cramps until the stool has flushed from your colon (this may take 2 to 4 hours and sometimes much longer).
5. قد يطرأ لديك تهيج في جلد منطقة الشرج أو توهج التهاب في البواسير. إذا حدث ذلك، يمكنك معالجته باستخدام أنواع متعددة من العلاجات بدون الوصفة الطبية مثل كريم "الهيدروكورتيزون" (Hydrocortisone)، مناديل الأطفال المرطّبة(Baby wipes)، "الفازلين" (®Vaseline) أو فوط تاكس (®Tucks Pads). تجنب المنتجات التي تحتوي على الكحول. إذا كان لديك وصفة لكريم البواسير، يمكنك استخدامه. لا تستخدم التحميلات.
   Anal skin irritation or a flare of hemorrhoid inflammation may occur. If this happens, treat it with over-the-counter-remedies, such as hydrocortisone cream, baby wipes, Vaseline®, or TUCKS® pads. Avoid products containing alcohol. If you have a prescription for hemorrhoid cream, you may use it. Do not use suppositories.

متى يجب علي الاتصال بمركز ألاتصال ؟When should I call the call center?

إذا كنت مريضاً ولديك أي من الأعراض التالية خلال 48 ساعة من موعدك ، فيرجى الاتصال بمركز الاتصال على 9250-936 (734)

- حمى أكثر من 100.6
- السعال المنتج (حيث ينتج السعال البلغم)
- إسهال
- القيء (لا يتعلق بأخذ محلول التحضير)

If you have been ill and have had any of the following symptoms within 48 hours of your appointment, please call the call center at (734) 936-9250:

- Fever greater than 100.6
- Productive cough (where your cough is producing phlegm)
- Diarrhea
- Vomiting (not related to taking the bowel prep)

🡸 طي هذه الصفحة لمعرفة المزيد عن الفوائد والمخاطر وبدائل تنظير القولون
➔Turn the page to learn about the benefits, risks and alternatives for a colonoscopy

ما هي فوائد ومخاطر وبدائل تنظير القولون؟
What are the Benefits, Risks and Alternatives for a Colonoscopy? (Arabic)

قبل البدء بهذا الإجراء، سيطلب منك أحد أفراد فريقنا التوقيع على طلب الموافقة المسبقة للدلالة على أنك تفهم هذا الإجراء وفوائده والمخاطر المترتبة عليه وبدائل تنظير القولون. اقرأ هذا البيان أو شاهد الفيديو على الموقع التالي: http://michmed.org/EXL6d لفهم موافقتك المسبقة.

Before starting the procedure, a member of our team will ask you to sign an informed consent indicating that you understand the procedure, its benefits and risks, and the alternatives for a colonoscopy. Read this handout or view the video at: http://michmed.org/EXL6d to understand your informed consent.

ما هو الغرض من تنظير القولون؟What is the purpose of a colonoscopy?

تنظير القولون هو إجراء يقوم من خلاله الطبيب بإدخال أنبوب رفيع بفتحة الشرج لفحص المستقيم والقولون لديك. قد يكشف تنظير القولون عن تهيج الأنسجة وتورمها أو عن وجود قرحة أو سلائل أو أورام حميدة أو سرطان.

Colonoscopy is a procedure in which a doctor inserts a thin tube into the anus to look inside your rectum and colon. Colonoscopy can show irritated and swollen tissue, ulcers, polyps, and cancer.

What are the benefits of a colonoscopy?ما هي فوائد تنظير القولون؟

يمكن لفحص تنظير القولون أن يكشف وجود مرض السرطان في مراحل مبكرة، كما يمكن الكشف عن وجود السلائل والأورام الحميدة وإزالتها قبل أن تتحول إلي أورام سرطانية. وهذا من شأنه أن يعزز من فرص معالجة سرطان القولون والمستقيم بنجاح وأن يقلل من فرص وفاة الشخص بسرطان القولون والمستقيم.

Colonoscopy exams can find cancers at earlier stages, and polyps can be found and removed before they become cancerous. This greatly improves the chances for treating colorectal cancer successfully and reduces the chance that a person will die from colorectal cancer.

What are the risks of a colonoscopy?ما هي المخاطر المترتبة على تنظير القولون؟

في دراسة ما أجريت حول إجراءات تنظير القولون، تبين أن حوالي 4 -8 أشخاص من بين 10,000 شخص يعانون من مضاعفات خطيرة بعد إجراء تنظير القولون. وتشمل المضاعفات الخطيرة:

- نزيف. تحدث معظم حالات النزيف لدى المرضى الذين يتم إزالة السلائل أو الأورام الحميدة لديهم. وتزداد الخطورة عندما يكون حجم هذه السلائل أو الأورام الحميدة أكبر من 2 سم.
- تمزق أو ثقب في جدار القولون أو المستقيم (انثقاب).
- اللإلتهاب.
- رشف قد يؤدي لالتهاب في الرئة (الالتهاب الرئوي).
- رد فعل للأدوية المسكنة، بما في ذلك مشاكل في التنفس أو القلب.

تزداد المخاطر في الأشخاص الذين يتناولون المنشطات (الإستيرويبد) أو الأدوية المضادة للتخثر ، أو في الأشخاص الذين يعانون من أمراض كامنة. هناك أيضا خطر أن السرطان أو الأورام الحميدة لن يتم الكشف عنها.

A study of screening colonoscopies found that between 4 to 8 people in 10,000 have a serious complication after a colonoscopy. Serious complications include:

- Bleeding. Most cases of bleeding occur in patients who have polyps removed. The risk is higher for polyps that are larger than 2 cm.
- A tear or a hole in the colon or rectum wall (perforation).
- Infection.
- Aspiration that may lead to a lung infection (pneumonia).
- A reaction to the sedating medication, including breathing or heart problems.

Risks are higher in people taking steroids or anti-coagulation medicines, or in people that have significant underlying diseases. There is also a risk that cancer or polyps will not be detected.

What are the alternatives?ما هي البدائل؟

هناك اختبارات أخرى يمكن بواسطتها الكشف عن الأوضاع غير الطبيعية في القولون والمستقيم لكن تنظير القولون هي الطريقة الوحيدة التي تمكن الطبيب من أخذ عينة من النسيج و/ أو إزالة السلائل والأورام الحميدة أثناء الإجراء. وهذا يقلل من الحاجة لاختبارات وعمليات إضافية.

There are other screening tests that may detect abnormalities in the colon and rectum but colonoscopy is the only method that enables the doctor to take a sample tissue and/or remove polyps during the procedure. This reduces the need for additional tests and surgeries.

تنويه بإخلاء المسؤولية: تشتمل هذه الوثيقة على معلومات و/أو مواد تعليمية تم تطويرها بطب ميتشيجان للمريض الذي له نفس ظروفك الصحية. وقد تحتوي على روابط لمحتويات موجودة على شبكة الأنتيرنت لم يتم إنشائها من قبل طب ميتشيجان والتي لا يتحمل طب ميتشيجان مسؤولية هذه المعلومات. فإنه لا تحل محل المشورة الطبية من مقدم رعايتك الصحية نظرا لاحتماليةً تجربتكم قد تختلف عن تلك لدى المريض العادي. تحدث مع مقدم رعايتك الصحية إذا كانت لديك أية أسئلة فيما يتعلق بهذه الوثيقة، أو بوضعك الصحي أو خطتك العلاجية.

التثقيف الصحي للمرضى المقدم من قبل طب ميتشيجان مرّخص وفقا إسناد الابداع العام- ترخيص غير معلن غير تجاري علي غرار المشاركة بالمثل 3.0 Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License. **تم التعديل 11/2021**

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Patient Education by Michigan Medicine is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License. Last Revised 11/2021