

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 إعادة 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 تلقي 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 تتلقى 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 بصحبك سائق عند وقت الإجراء.

You must have a driver with you at the procedure.

يجب أن يكون السائق المرخص معك عند موعد التنظير. إذا لم يكن سائقك متواجداً معك أثناء التسجيل، فسنقوم بإعادة جدولة موعدك.

A licensed driver must be with you at your colonoscopy appointment. 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.

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 تنظيف 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.

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 تنظيف القولون

Timeline of the Colonoscopy Preparation

كيف سيتم تحديد جدول الإعداد لتنظيف 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 تظليل أو وضع دائرة حول الصف الصحيح لتحديد اليوم الذي سيتم بدء عملية الإعداد. وستبدأ 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.

موعدتي في:

My Appointment Is:

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

Timeline Table

الجدول الزمني

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

قبل تنظير القولون بسبعة أيام: 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.

قبل تنظير القولون بثلاثة أيام: 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، المكسرات، الفواكه ذات البذور الصغيرة، البندورة / والكرفس.

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

قبل التنظير بيوم: يوم:

Day: The day before your colonoscopy

سجل اليوم وفقا للجدول الزمني

Fill in the day according to the timeline table

- لا تتناول الأغذية الصلبة من الآن وحتى انتهاء الإجراء. ابدأ بتناول نظام غذائي بتناول السوائل الشفافة (الصفحة التالية). 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 (on next page). Drink at least 8 glasses of water or clear liquids during the day to avoid dehydration.

- 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 for at least 5 hours to make it easier to drink, or, you can drink it at room temperature.

- بين 5 مساءً و 6 مساءً، سوف تبدأ بشرب نصف المحلول. سوف تشرب النصف الأخير غداً. إشررب كوب واحد 8 أوقية كل 15 دقيقة حتى الانتهاء من نصف المحلول (64 أوقية). احفظ نصف المحلول المتبقي ليوم الإجراء. إذا اتبعت التعليمات بالضبط فيجب عليك أكمل أول 64 أوقية من محلول الإعداد بحلول الساعة 8:00 مساءً

Between 5pm and 6pm, you will begin drinking half of your prep solution.

Tomorrow you will drink the last half. Drink one 8 ounce glass every 15 minutes until half of the solution (64 ounces) is gone. Save the remaining half solution for the day of your procedure. If you follow the instructions exactly, you should be done with the first 64 ounces of prep by 8 p.m.

- أبقى بالقرب من مرحاض، إذ ستعرض للإسهال.

Stay near a toilet, as you will have diarrhea.

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

يوم إجراء تنظيف القولون:

The day of your colonoscopy

5 ساعات قبل مغادرة المنزل والتوجه

لإجراء تنظيف القولون

اليوم/الوقت:

5 hours before leaving home

Day/Time:

for your colonoscopy

سجل اليوم وفقاً للجدول الزمني

Fill in the day according to the timeline table

- قد تضطر للاستيقاظ في وقت مبكر. قد تضطر للاستيقاظ في وقت مبكر.

You may have to wake up early. You may have to wake up early.

- يبدأ بشرب آخر 64 أوقيةً بنفس الطريقة التي شربتها بها الـ 64 أوقية السابقة أي: شرب كوب واحد 8 أوقية كل 15 دقيقة حتى تنتهي من شرب الـ 64 أوقية الثانية. إذا كنت تشرب وفقاً للجدول الزمني سيتم الانتهاء من الشرب 3 ساعات قبل مغادرة المنزل.

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

- تناول أدويةك الصباحية مع كمية قليلة من الماء 4 ساعات قبل وقت الموعد (إلا إذا نصحتك 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 تنظيف القولون بيومين

اليوم/الوقت:

2 hours before your colonoscopy

Day/Time:

سجل اليوم وفقاً للجدول الزمني

Fill in the day according to 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 سائلاً صافياً أو أصفرًا وتكون مستعداً لتنظيف القولون.

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

Colon cleansing tips:

نصائح لتنظيف القولون:

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 من قسبة. 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 2-4 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 المرطبة (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.

← طي هذه الصفحة لمعرفة المزيد عن الفوائد والمخاطر وبدائل تنظيف القولون

→ Turn the page to learn about the benefits, risks and alternatives for a colonoscopy

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.

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.

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.

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

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.

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

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).
- الإلتهاب.
- 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 (الإستيروبيد) 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.

ما هي البدائل؟ What are the alternatives?

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 وضعها طب ميتشيجان للمريض الذي له نفس ظروفك الصحية. وقد تحتوي على روابط لمحتويات موجودة على شبكة الأنترنت لم يتم وضعها من قبل طب ميتشيجان ولا يتحمل طب ميتشيجان مسؤولية هذه المعلومات. فإنه لا يحل محل المشورة الطبية من مقدم الرعاية الصحية نظرا لاحتمالية خبرتكم قد تختلف عن تلك لدى المريض العادي. تحدث مع مقدم الرعاية إذا كانت لديك أية أسئلة فيما يتعلق بهذه الوثيقة، أو بوضعك الصحي أو خطتك العلاجية.

التتقيف الصحي للمرضى المقدم من قبل [طب ميتشيجان](#) مَرَّخَص وفقا إسناد الإبداع العام- ترخيص غير معن غير تجاري علي غرار المشاركة بالمثمل 3.0 [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License](#).

تم التعديل 08/2018

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 08/2018