MICHIGAN MEDICINE
UNIVERSITY OF MICHIGAN

Инструкции по подготовке кишечника к колоноскопии SUPREP («СУПРЭП»)®

Colonoscopy Bowel Prep Instructions
SUPREP® (Russian)

Следуйте этой инструкции в течение одной недели до колоноскопии.
Refer to this instruction sheet for the entire week before your colonoscopy.

Подготовка кишечника к колоноскопии согласно инструкции чрезвычайно важна для её успеха. Если Вы не следуете точно инструкциям, кишечник может быть не готов к процедуре, и Вам придётся повторить процедуру.
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.

Подготовка к колоноскопии Planning for Your Colonoscopy
Как только Вы получите эту информацию, пожалуйста, прочитайте и поставьте «галочку» в каждом квадрате, чтобы указать, что Вы понимаете каждый пункт.
Please read as soon as you receive this information and check off each box to indicate that you understand each item.

☐ **Вы должны провести подготовку кишечника до процедуры.** Если вы не получили информацию о том, как следует подготовить кишечник, обратитесь в Эндоскопический Колл-центр по телефону **(734) 936 - 9250** или по бесплатному номеру **(877) 758 - 2626.**
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.**

☐ **Как называется Ваша подготовка? _____**
What is the name of your prep?

- Мы рекомендуем Вам получить лекарство по рецепту, по крайней мере, за неделю до процедуры.
  We recommend that you fill your prescription at least a week before your procedure.

☐ **С Вами должен прийти шофер на процедуру.**
You must have a driver with you at the procedure.

- Во время регистрации и во время выписки с вами должен присутствовать водитель не младше 18ти лет. Если на момент регистрации с Вами не будет шофера, процедуру придется перенести.

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.

- Вся процедура может занять от 3 до 4 часов. Пожалуйста, сообщите водителю о том, что его присутствие будет необходимо в течение всего приёма.
  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.

- **Пожалуйста, оставьте все ювелирные изделия и личные вещи дома.** Если на Вас будут ювелирные украшения, мы можем попросить Вас снять эти изделия.
  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.
- **Пожалуйста, не надевайте контактные линзы.**
  Please do not wear contact lenses.

☐ **Если Вы больны диабетом, Вы должны связаться с Вашим врачом.**
If you have diabetes you must call your doctor

- Люди, больные диабетом, должны следовать специальным инструкциям по диете и приему лекарственных препаратов. Позвоните врачу, который направил Вас на колоноскопию, чтобы узнать какой диеты Вам следует придерживаться и как принимать лекарственные препараты.
  People with diabetes have special diet and medicine instructions. Call the doctor who ordered your colonoscopy for your special diet and medicine instructions.

☐ **росмотрите видео о рисковых факторах и положительных сторонах колоноскопии (это видео на английском языке.)** **View the video describing risks and benefits of colonoscopy**

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

☐ **Если Вам необходимо перенести приём** **If you need to reschedule**

- Позвоните по телефону **(734) 936-9250** или по бесплатной линии **(877) 758-2626.** Call **(734) 936 - 9250** or toll-free **(877) 758 - 2626.**

Расписание подготовки к колоноскопии

Timeline of the Colonoscopy Preparation

Как мне определить мой график подготовки к колоноскопии?

How will I determine my colonoscopy prep schedule?

Ниже расположена хронологическая таблица, которая поможет Вам определить, в какой день недели Вам надо начать подготовку. Пользуйтесь жёлтым маркером или обведите нужную строку, чтобы определить в какой день надо начать подготовку.

Подготовительный процесс начнётся в начале дня.

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**.

Если вы перенесёте Ваш приём, Вы **должны** переделать таблицу в соответствии с новой датой.

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

Приём назначен на:

My Appointment Is: _____

(Дата, день недели, время) (Date, Day, Time)

Хронологическая таблица Timeline Table

Мой приём назначен на: My Appointment is on a:	**7 дней до моего приёма это:** 7 days before my appointment is a:	**3 дня до моего приёма это:** 3 days before my appointment is a:	**1 день до моего приёма это:** 1 day before my appointment is a:
Понедельник Monday	Понедельник Monday	Пятница Friday	Воскресенье Sunday
Вторник Tuesday	Вторник Tuesday	Суббота Saturday	Понедельник Monday
Среда Wednesday	Среда Wednesday	Воскресенье Sunday	Вторник Tuesday
Четверг Thursday	Четверг Thursday	Понедельник Monday	Среда Wednesday
Пятница Friday	Пятница Friday	Вторник Tuesday	Четверг Thursday
Суббота Saturday	Суббота Saturday	Среда Wednesday	Пятница Friday

За 7 дней до Вашей колоноскопии **День недели:**
7 days before your colonoscopy **Day:**

Запишите день недели в соответствии с днём на таблице
Fill in the day according to the timeline table

- **Не прекращайте** принимать аспирин.
  Do not stop your aspirin.
- Если Вы принимаете препараты для разжижения крови, сообщите об этом врачу, который назначил Вас на колоноскопию. Если Вы не уверены, принимаете ли Вы препараты для разжижения крови, пожалуйста, свяжитесь с Вашим врачом.
  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.
- Прекратите принимать какие-либо добавки железа, например сульфат железа (ferrous sulfate) или комплекс полисахаридов железа.
  Stop taking any iron supplements, such as ferrous sulfate or polysaccharide iron complex.
- Прекратите приём Фентермина/Phentermine (Адипекс-П/Adipex-P, Ломира/Lomira, Фэстин/Fastin, Фентеркот/Phentercot) Фентермин/Phentermine + топирамейт/topiramate (Кьюсимия/Qsymia)
  Это лекарственное средство для похудения.
  Stop taking Phentermine (Adipex-P, Lomira, Fastin, Phentercot) Phentermine + topiramate (Qsymia). This is a weight loss medication.

За 3 дня до Вашей колоноскопии **День недели:**
3 days before your colonoscopy **Day:**

Запишите день недели в соответствии с днём на таблице
Fill in the day according to the timeline table

- Прекратите есть попкорн, кукурузу, бобы, орехи, фрукты с мелкими семенами, помидоры и сельдерей.
  Stop eating popcorn, corn, beans, nuts, fruits with small seeds, tomatoes and celery.

За день до Вашей колоноскопии **День недели:** **Day:**
The day before your colonoscopy

Запишите день недели в соответствии с днём на таблице
Fill in the day according to the timeline table

- **Вы можете пить прозрачные жидкости.** Начните прием прозрачных жидкостей (см. ниже). Выпивайте не менее 8 стаканов воды или прозрачных жидкостей в

течение дня для того, чтобы избежать обезвоживания.
You may drink clear liquids. Begin a clear liquid diet (below). Drink at least 8 glasses of water or clear liquids during the day to avoid dehydration.

- **С 5 до 6 часов вечера**, вылейте одну (1) 6-унцевую бутылочку SUPREP («СУПРЭП») жидкости в контейнер для смешивания. Добавьте прохладной питьевой воды в мерный контейнер до отмеченной линии- 16 унций, и перемешайте. Выпейте всю жидкость в контейнере. В течение следующего часа, Вы должны выпить еще два 16-унцевых контейнера с водой.
  Between 5 and 6pm, pour one (1) (6 ounce) bottle of SUPREP liquid into the mixing container. Add cool drinking water to the 16 ounce line on the container and mix. Drink all the liquid in the container. You must drink 2 more 16 ounce containers of water over the next 1 hour.
- Не отходите далеко от туалета, так как у Вас будет понос.

Stay near a toilet, as you will have diarrhea.**Разрешённые прозрачные жидкости:** **You may drink these clear liquids:** • Gatorade («Гаторейд»), Crystal Light Lemonade® («Кристал Лайт Лимонад»), Pedialyte® («Педиалайт») или Powerade® («Пауэрэйд») Gatorade, Crystal Light Lemonade®, Pedialyte® or Powerade® • Кофе или чай (только черный) Coffee or tea (black only) • Газированные и не газированные напитки Carbonated or non-carbonated soda • Фруктовые напитки Fruit-flavored drinks • Яблочный сок, сок из белой клюквы или белого винограда Apple juice, white cranberry juice or white grape juice • Желе Jell-O (Джелл-О) или фруктовый лед (попсикл) Jell-O or popsicles • Бульон Broth	**Нельзя пить следующие жидкости:** **Do not drink these liquids:** • Алкоголь Alcohol • Молоко или не молочные сливки Milk or non-dairy creamer • Сок с мякотью Juice with pulp • Любые непрозрачные жидкости Any liquid you cannot see through • Леденцы Hard candy **Обратите внимание: Ничего красного или фиолетового не разрешается** **Note: Nothing Red or Purple**

В день Вашей колоноскопии (начать в 12 часов ночи)
The day of your colonoscopy (starting at 12 am midnight)

- **Нельзя употреблять твёрдую пищу, бульон или желе** (Jello).
  No solid foods, broth or Jello.

За 5 часов до отъезда из дома на колоноскопию
5 hours before leaving home for your colonoscopy

День недели/время:
Day/Time:

Запишите день недели в соответствии с днём на таблице
Fill in the day according to the timeline table

- Возможно, Вам придется рано вставать.
  You may have to wake up early.
- За 5 часов до выезда на процедуру, повторите эти шаги. Вылейте 1 (6-унцевую) бутылочку жидкости SUPREP («СУПРЭП») в контейнер для смешивания. Добавьте прохладной питьевой воды в мерный контейнер до отмеченной линии- 16 унций, и перемешайте. Выпейте всю жидкость в контейнере. В течение следующего часа, Вы должны выпить еще два 16-унцевых контейнера с водой.

  5 hours before you need to leave for your procedure, repeat these steps. Pour 1 (6 ounce) bottle of SUPREP liquid into the mixing container. Add cool drinking water to the 16-ounce line on the container and mix. Drink all the liquid in the container. You must drink 2 more 16 ounce containers of water over the next 1 hour.
- За 4 часа до процедуры примите Ваши лекарственные препараты, которые Вы обычно принимаете по утрам (если Вы не получили иных указаний), запивая небольшим количеством воды. Если Вы принимаете лекарства от диабета, следуйте инструкциям Вашего врача.
  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.

За 2 часа до Вашей колоноскопии
2 hours before your colonoscopy

День недели/время:
Day/Time:

Запишите день недели в соответствии с днём на таблице
Fill in the day according to the timeline table

- Ничего нельзя брать в рот включая любые жидкости, не курить и не жевать жевательную резинку.
  Stop everything by mouth, including all liquids, smoking and chewing gum.

Важно! Important!

Если Вы следовали **всем** инструкциям, Ваш стул будет жидким, прозрачным или желтоватым. В этом случае, Вы готовы к колоноскопии.
Если ваш стул сформирован, или подготовка к колоноскопии не проходит так, как Вы ожидали, пожалуйста, позвоните по телефону 734-936- 9250 или бесплатно по телефону 877- 758-2626. В нерабочее время или в выходные или праздничные дни, позвоните оператору госпиталя по телефону (734) 936- 6267 и попросите поговорить с дежурным гастроэнтерологом.
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.

Советы по очистке кишечника : Colon cleansing tips:

1. Не отходите далеко от туалета! У Вас будет понос, и случиться он может внезапно. Это естественное явление.
   Stay near a toilet! You will have diarrhea, which can be quite sudden. This is normal.
2. Попробуйте пить раствор через трубочку. Возможно, это будет более терпимо.
   Try drinking the solution with a straw. It may be easier to tolerate.
3. В редких случаях раствор для подготовки кишечника может вызвать тошноту или рвоту. Если такое произойдет с Вами, сделайте перерыв на 30 минут, прополощите рот или почистите зубы, после чего продолжайте приём раствора.
   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. Возможны спазмы кишечника пока толстый кишечник не освободится полностью от стула (это может занять от 2 до 4 часов, а иногда намного больше).
   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. Может произойти раздражение кожи анального отверстия (заднего прохода) или приступ воспаления геморроя. Если это случится, лечите средствами, продающимися без рецепта: кремом с гидрокортизоном, влажными салфетками для малышей, вазелином Vaseline® или подушечками TUCKS® («Такс»). Избегайте продуктов,

содержащих алкоголь. Если у Вас есть крем от геморроя, выписанный по рецепту, можете его использовать. Не используйте суппозитории/медицинские свечи.
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.

Когда мне следует позвонить в справочный (Колл) центр?

When should I call the call center?

Если Вы больны и в течение последних 48 часов у Вас наблюдались нижеперечисленные симптомы, пожалуйста, позвоните в справочный (Колл) центр по телефону (734) 936-9250:

- Температура выше 100,6 по Фаренгейту (38,1 по Цельсию)
- Продуктивный (влажный) кашель - это кашель с выделением мокроты
- Понос
- Рвота (не связанная с подготовкой кишечника к процедуре)

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)

➔Переверните страницу для того чтобы узнать о положительных сторонах, рисковых факторах и альтернативах колоноскопии

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

Каковы преимущества, какие факторы риска связаны с колоноскопией и есть ли альтернатива?

What are the Benefits, Risks and Alternatives for a Colonoscopy? (Russian)

До начала процедуры медицинский работник попросит Вас подписать форму, в которой говорится о том, что Вы проинформированы и подтверждаете свое согласие на проведение процедуры; о том, что Вы понимаете какую конкретно процедуру Вы будете проходить, а также понимаете преимущества и риски связанные с колоноскопией и осведомлены о существующих альтернативах (другие способы исследования). Прочитайте эту брошюру или просмотрите видео http://michmed.org/EXL6d, чтобы понять, что такое информированное согласие на проведение процедуры.

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.

Какова цель колоноскопии? **What is the purpose of a colonoscopy?**

Колоноскопия - это процедура, при которой врач вводит тонкую трубку в задний проход, чтобы посмотреть изнутри прямую кишку и толстую кишку. Колоноскопия может показать раздражение и отечность ткани кишечника, язвы, полипы и рак.

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.

Каковы преимущества колоноскопии? **What are the benefits of a colonoscopy?**

Колоноскопическое исследование может помочь выявить раковые заболевания на ранних стадиях, а полипы могут быть обнаружены и удалены, прежде, чем они станут злокачественными. Это значительно увеличивает шансы успешного лечения колоректального рака и уменьшает вероятность смерти от рака прямой кишки.

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.

Каковы риски при колоноскопии? **What are the risks of a colonoscopy?**
Исследования проверок колоноскопии показали, что от 4 до 8 человек из 10.000 получают серьезные осложнения после колоноскопии. Серьезные осложнения включают:

- Кровотечение. В большинстве случаев кровотечение происходит тогда, когда у пациентов удаляют полипы. Риск повышается тогда, когда полипы больше 2х см в размере.
- Разрыв или прободение в стенке толстой или прямой кишки (перфорация).
- Инфекция.
- Аспирация, которая может привести к воспалению лёгких (пневмония).
- Побочная реакция на седативное лекарство может вызвать проблемы с дыханием или проблемы с работой сердца.

К группе повышенного риска относятся люди, принимающие стероиды или разжижающие кровь препараты (антикоагулянты), а также люди, страдающие от серьёзных системных заболеваний. Также существует риск, что рак или полипы при проверке не будут обнаружены.

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.

Какие существуют альтернативы? **What are the alternatives?**
Есть другие методы обследования, которые могут помочь выявить нарушения в толстой и прямой кишке, однако колоноскопия является единственным методом, который позволяет врачу сделать забор ткани на пробу и/или удалять полипы во время процедуры. Это снижает необходимость проведения дополнительных проверок и хирургических вмешательств.

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.

Заявление об ограничении ответственности: Данный документ содержит информацию и/или инструкции, разработанные в Системе Мичиганской Медицины (Michigan Medicine) для типичных пациентов в Вашем состоянии. В документе могут содержаться ссылки на Интернет-материалы, которые не были созданы в Системе Мичиганской Медицины (Michigan Medicine) и за которые Michigan Medicine ответственности не несёт. Данный документ не заменяет медицинскую консультацию у Вашего доктора, потому что Ваше состояние может отличаться от состояния типичного пациента. Поговорите с Вашим врачом, если у Вас есть какие-либо вопросы относительно данного документа, Вашего состояния или плана лечения.

Материалы по просвещению пациентов в Системе Мичиганской медицины лицензированы Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License. Последняя редакция 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