

La buona riuscita della colonscopia dipende molto dalla corretta pulizia dell'intestino: è indispensabile pertanto seguire con attenzione le indicazioni del foglietto illustrativo delle preparazioni intestinali e le seguenti raccomandazioni.

Se una persona sta assumendo farmaci seguire le regole descritte nel modulo contenente le informazioni sulla colonscopia e chiedere informazioni al proprio curante.

Il prodotto per la preparazione intestinale viene prescritto da un medico e ritirato in farmacia; la preparazione intestinale basata sul PEG (macrogol) permette un'adeguata pulizia intestinale e presenta un alto profilo di sicurezza; si raccomanda di condividere la tipologia di preparazione con il proprio curante.

Le preparazioni intestinali si dividono in "BASSO VOLUME" (comprese le preparazioni a "volume molto basso") e "ALTO VOLUME" in base alla quantità di litri di preparazione da assumere; le preparazioni a basso volume consentono una pulizia intestinale equivalente alle preparazioni ad alto volume

Le persone con età maggiore di 75 anni e le persone con insufficienza renale cronica, scompenso cardiaco o altre malattie che potrebbero controindicare alcune tipologie di preparazione devono rivolgersi al proprio curante.

**Alcuni esempi di prodotti per preparazione intestinale classificati in base ai litri di soluzione:**

<b>BASSO VOLUME (2 litri)</b>	<b>CLENSIA</b>
	<b>MOVIPREP</b>
<b>VOLUME MOLTO BASSO (1 litro)</b>	<b>PLENVU</b>
<b>ALTO VOLUME (4 litri)</b>	<b>SELG ESSE</b>
	<b>ISOCOLAN</b>
	<b>COLIREI</b>

### Assunzione della preparazione intestinale in due momenti separati (cosiddetta SPLIT)

Quando l'appuntamento della colonscopia è al mattino (fino alle ore 14:00) la preparazione risulta migliore se la soluzione da bere viene assunta in due momenti separati: una prima dose il pomeriggio precedente la colonscopia e la seconda dose il mattino della colonscopia; **occorre terminare di bere la seconda dose al massimo tre ore prima dell'appuntamento**. La necessità di fermarsi per evacuare durante il tragitto verso l'ospedale è molto rara.

Quando l'appuntamento della colonscopia è al pomeriggio dopo le 14:00 si consiglia di bere l'intera soluzione il mattino stesso dell'esame, terminando di bere 3 ore prima dell'appuntamento della colonscopia.

Nelle persone con colostomia o ileostomia la preparazione intestinale va concordata con lo specialista di riferimento.

### La dieta da seguire

I due giorni precedenti la colonscopia occorre evitare gli alimenti ricchi di fibre: frutta, verdura, legumi, pasta integrale, pane integrale, farine integrali, fette biscottate con aggiunta di fibre, crusca, semi (es. papavero, girasole, sesamo), zuppe di verdura o cereali.

Nei due giorni precedenti la colonscopia è consigliabile assumere almeno un litro di acqua naturale fuori pasto per mantenere un'adeguata idratazione; anche il giorno della colonscopia si può bere acqua naturale fino a due ore prima dell'appuntamento della colonscopia.

**Esempio di dieta da seguire nei due giorni precedenti la colonscopia**, sia quando la colonscopia sarà effettuata al mattino sia quando sarà effettuata nel pomeriggio; evitare in ogni caso pasti abbondanti:

- a) Colazione: si possono assumere caffè, tè, miele, zucchero, burro, 1-2 fette di pane non integrale, 2-3 biscotti o fette biscottate non integrali, yogurt bianco senza cereali né frutta
- b) Pranzo: si possono assumere semolino, brodo di carne, pastina, uovo sodo, fettina di carne bianca, filetto di pesce, 1-2 fette di pane o 2-3 fette biscottate non integrali
- c) Cena: si possono assumere tè e/o camomilla zuccherati.

**Il mattino della colonscopia** non assumere alimenti solidi, né latte o yogurt né succhi di frutta; gli unici liquidi che si possono assumere sono acqua naturale, tè e/o camomilla con o senza zucchero fino a due ore prima dell'appuntamento della colonscopia.

È buona norma bere acqua o tè o camomilla in ogni momento nel caso in cui si abbia sete, ma occorre non bere più liquidi entro due ore dall'appuntamento della colonscopia. Nel caso in cui si abbia sete prima della colonscopia avvisare il medico che eseguirà la colonscopia.

Quando la preparazione è divisa in una metà il pomeriggio precedente la colonscopia e una metà il mattino della colonscopia, si possono bere liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) durante la notte.

Quando la preparazione è assunta interamente il mattino della colonscopia, si possono bere liberamente liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) durante il pomeriggio e la notte precedenti la colonscopia.

Nelle pagine successive alcuni esempi di preparazione alla colonscopia con i seguenti prodotti: **Clensia, Moviprep, Plenvu, Selg Esse, Isocolan, Colirei**; la preparazione si acquista in farmacia su prescrizione medica; consigliamo di scegliere la preparazione insieme al medico.

Questi prodotti non sono gli unici disponibili in commercio: per essere informato sulle alternative consulti il medico curante o lo specialista che le ha prescritto la colonscopia.

### PREPARAZIONE INTESTINALE CON CLENSIA

Ogni confezione di Clensia contiene 4 buste grandi "A" e 4 buste piccole "B".

#### **Preparazione frazionata da utilizzare quando la colonscopia sarà effettuata al mattino tra le 8:00 e le 14:00:**

La sera precedente la colonscopia:

- alle ore 18:00 circa sciogliere in 1 litro di acqua naturale 2 buste "A" + 2 buste "B" ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in un'ora e mezza o due ore (si consiglia di bere 250ml = 2 bicchieri ogni 15-20 minuti)
- al termine, nelle ore successive, bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla)

Il mattino della colonscopia:

- a partire da 5 ore prima dell'orario in cui è prenotata la colonscopia sciogliere nuovamente in 1 litro di acqua naturale 2 buste "A" + 2 buste "B" ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in un'ora e mezza (si consiglia di bere 250ml = 2 bicchieri ogni 15-20 minuti)
- al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro 2 ore dall'orario di prenotazione della colonscopia

Se la colonscopia è prenotata alle ore 8:00 iniziare a bere la soluzione alle ore 3:00 terminandola entro le ore 5:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 6:00

Se la colonscopia è prenotata alle ore 10:00 iniziare a bere la soluzione alle ore 5:00 terminandola entro le ore 7:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 8:00

#### **Preparazione non frazionata da utilizzare quando la colonscopia sarà effettuata nel pomeriggio dopo le ore 14:00**

Il mattino della colonscopia:

- alle ore 5:00 circa sciogliere in 1 litro di acqua naturale 2 buste "A" + 2 buste "B" ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in un'ora e mezza o due ore (si consiglia di bere 250ml = 2 bicchieri ogni 15-20 minuti); al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla)
- a partire da 5 ore prima dell'orario in cui è prenotata la colonscopia sciogliere nuovamente in 1 litro di acqua naturale 2 buste "A" + 2 buste "B" ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in un'ora e mezza (si consiglia di bere 250ml = 2 bicchieri ogni 15-20 minuti)
- al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro 2 ore dall'orario in cui è prenotata la colonscopia

Se la colonscopia è prenotata alle ore 14:00 iniziare a bere la seconda dose alle ore 9:00 terminandola alle ore 11:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 12:00

Se la colonscopia è prenotata alle ore 16:00 iniziare a bere la seconda dose alle ore 11:00 terminandola alle ore 13:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 14:00

**PREPARAZIONE INTESTINALE CON MOVIPREP****Non assumere Moviprep se si è affetti da FAVISMO o FENILCHETONURIA**

Ogni confezione di Moviprep contiene 2 buste grandi "A" e 2 buste piccole "B"

**Preparazione frazionata da utilizzare quando la colonscopia sarà effettuata al mattino tra le 8:00 e le 14:00:**

La sera precedente la colonscopia:

- alle ore 18:00 circa sciogliere in 1 litro di acqua naturale 1 busta "A" + 1 busta "B" ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in un'ora e mezza o due ore (si consiglia di bere 250ml = 2 bicchieri ogni 15-20 minuti)
- al termine, nelle ore successive, bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla)

Il mattino della colonscopia:

- a partire da 5 ore prima dell'orario in cui è prenotata la colonscopia sciogliere nuovamente in 1 litro di acqua naturale 1 busta "A" + 1 busta "B" e iniziare a bere la soluzione che va terminata in un'ora e mezza (si consiglia di bere 250ml = 2 bicchieri ogni 15-20 minuti)
- al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro 2 ore dall'orario in cui è prenotata la colonscopia

Se la colonscopia è prenotata alle ore 8:00 iniziare a bere la soluzione alle ore 3:00 terminandola entro le ore 5:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, te, camomilla) terminando entro le ore 6:00

Se la colonscopia è prenotata alle ore 10:00 iniziare a bere la soluzione alle ore 5:00 terminandola entro le ore 7:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, te, camomilla) terminando entro le ore 6:00

**Preparazione non frazionata da utilizzare quando la colonscopia sarà effettuata nel pomeriggio dopo le ore 14:00**

Il mattino della colonscopia:

- alle ore 5:00 circa sciogliere in 1 litro di acqua naturale 1 busta "A" + 1 busta "B" ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in un'ora e mezza o due ore (si consiglia di bere 250ml = 2 bicchieri ogni 15-20 minuti); al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, te, camomilla)
- a partire da 5 ore prima dell'orario in cui è prenotata la colonscopia sciogliere nuovamente in 1 litro di acqua naturale 1 busta "A" + 1 busta "B" ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in un'ora e mezza (si consiglia di bere 250ml = 2 bicchieri ogni 15-20 minuti)
- al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, te, camomilla) terminando entro 2 ore dall'orario in cui è prenotata la colonscopia

Se la colonscopia è prenotata alle ore 14:00 iniziare a bere la seconda dose alle ore 9:00 terminandola alle ore 11:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, te, camomilla) terminando entro le ore 12:00

Se la colonscopia è prenotata alle ore 16:00 iniziare a bere la seconda dose alle ore 11:00 terminandola alle ore 13:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, te, camomilla) terminando entro le ore 14:00

**PREPARAZIONE INTESTINALE CON PLENVU****Non assumere Plenvu se si è affetti da FAVISMO o FENILCHETONURIA**

Ogni confezione di Plenvu contiene 2 dosi di preparazione ognuna da sciogliersi in mezzo litro di acqua naturale da assumersi in sequenza: prima la dose 1 poi la dose 2. È importante non invertire l'ordine delle dosi.

**Preparazione frazionata da utilizzare quando la colonscopia sarà effettuata al mattino tra le 8:00 e le 14:00:**

La sera precedente la colonscopia:

- alle ore 18:00 circa sciogliere in mezzo litro di acqua naturale la dose 1 ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in 30-45 minuti (si consiglia di bere un bicchiere pieno ogni 10-15 minuti)
- al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) entro un'ora

Il mattino della colonscopia:

- a partire da 4 ore prima dell'orario in cui è prenotata la colonscopia sciogliere in mezzo litro di acqua naturale la dose 2 ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in 30 minuti (si consiglia di bere un bicchiere pieno ogni 10-15 minuti)
- al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) entro 30 minuti, terminando entro 2 ore dall'orario in cui è prenotata la colonscopia

Se la colonscopia è prenotata alle ore 8:00 iniziare a bere la seconda dose alle ore 4:00 terminandola entro le ore 5:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 6:00

Se la colonscopia è prenotata alle ore 10:00 iniziare a bere la seconda dose alle ore 6:00 terminandola entro le ore 7:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 8:00

**Preparazione non frazionata da utilizzare quando la colonscopia sarà effettuata nel pomeriggio dopo le ore 14:00**

Il mattino della colonscopia:

- alle ore 6:00 circa sciogliere in mezzo litro di acqua naturale la dose 1 ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in 30-45 minuti (si consiglia di bere un bicchiere pieno ogni 10-15 minuti); al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) entro 30 minuti
- a partire da 4 ore prima dell'orario in cui è prenotata la colonscopia sciogliere in mezzo litro di acqua naturale la dose 2 ed iniziare a bere la soluzione che va terminata in 30 minuti (si consiglia di bere un bicchiere pieno ogni 10-15 minuti)
- al termine bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) in 30 minuti terminando entro 2 ore dall'orario in cui è prenotata la colonscopia, le due dosi debbono essere separate da un intervallo minimo di un'ora
- Se la colonscopia è prenotata alle ore 14:00 iniziare a bere la seconda dose alle ore 10:00 terminandola alle ore 11:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 12:00
- Se la colonscopia è prenotata alle ore 16:00 iniziare a bere la seconda dose alle ore 12:00 terminandola alle ore 13:00, poi bere almeno mezzo litro di liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 14:00
- Si possono bere altri liquidi chiari (acqua naturale, tè, camomilla) prima, durante e dopo l'assunzione di Plenvu fino ad due ore prima della colonscopia; bere liquidi aiuta a prevenire la disidratazione

### PREPARAZIONE INTESTINALE CON SELG ESSE, ISOCOLAN, COLIREI

Se si utilizza **Selg Esse** la confezione contiene 4 buste da 70gr; ogni busta va sciolta in un litro di acqua naturale per un totale di 4 litri di soluzione

Se si utilizza **Isocolan** la confezione contiene 8 buste da 34,8 gr; ogni busta va sciolta in mezzo litro (500ml) di acqua naturale per un totale di 4 litri

Se si utilizza **Colirei** la confezione contiene 16 buste bipartite da 17,5 gr; ogni busta va sciolta in un quarto di litro (250ml) di acqua naturale per un totale di 4 litri di soluzione

#### Preparazione frazionata da utilizzare quando la colonscopia sarà effettuata al mattino tra le 8:00 e le 14:00:

La sera precedente la colonscopia:

- alle ore 17:00 circa iniziare a bere 3 litri di soluzione, si consiglia di bere un bicchiere pieno ogni 15-20 minuti; bere i 3 litri in 3-4 ore; in caso di nausea rallentare l'assunzione.
- al termine, dopo una pausa di circa un'ora, bere liquidi chiari (acqua naturale, tè e/o camomilla con o senza zucchero)

Il mattino della colonscopia:

- a partire da 4 ore prima dell'orario in cui è prenotata la colonscopia bere l'ultimo litro di soluzione entro un'ora (si consiglia di bere un bicchiere pieno ogni 10-15 minuti), terminando entro 3 ore dall'orario in cui è prenotata la colonscopia

Se la colonscopia è prenotata alle ore 8:00 iniziare a bere l'ultimo litro alle ore 4:00 terminando entro le ore 5:00, successivamente si possono bere liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 6:00

Se la colonscopia è prenotata alle ore 10:00 iniziare a bere l'ultimo litro alle ore 6:00 terminandola entro le ore 7:00, successivamente si possono bere liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 8:00

#### Preparazione non frazionata da utilizzare quando la colonscopia sarà effettuata nel pomeriggio dopo le ore 14:00

Il mattino della colonscopia:

- al mattino, in base all'orario di prenotazione della colonscopia, iniziare a bere i 4 litri di soluzione, si consiglia di bere un bicchiere pieno ogni 15-20 minuti; bere i 4 litri entro 5-6 ore terminando entro 3 ore dall'orario in cui è prenotata la colonscopia

Se la colonscopia è prenotata alle ore 14:00 iniziare a bere la soluzione alle ore 5:00 terminandola alle ore 11:00, successivamente si possono bere liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 12:00

Se la colonscopia è prenotata alle ore 16:00 iniziare a bere la soluzione alle ore 7:00 terminandola alle ore 13:00, successivamente si possono bere liquidi chiari (acqua, tè, camomilla) terminando entro le ore 14:00

Un'ora prima di iniziare a bere la soluzione al mattino è possibile assumere acqua naturale o una bevanda tiepida chiara (tè e/o camomilla con o senza zucchero).