



# Meltingarsetrið ehf - speglanir

Pönglabakka 6, 109 Reykjavík

Sérfræðingar í meltingarsjúkdómum

Einar Oddsson - Hallgrímur Guðjónsson - Jón Örvar Kristinsson - Óttar Bergmann - Sigurður Ólafsson - Steingerður Gunnarsdóttir

## LEIÐBEININGAR UM UNDIRBÚNING FYRIR RISTILSPEGLUN MEÐ GOLYTELY

Dagsetning speglunar: \_\_\_\_\_ kl. \_\_\_\_\_

Ef þú vilt leita nánari upplýsinga eða þarft að breyta tímanum, vinsamlegast hafðu þá samband við **LÆKNASETRIÐ Pönglabakka 6, 109 Reykjavík, sími 535-7700, Fax 535-7794** eða [setrid@setrid.is](mailto:setrid@setrid.is). Upplýsingar má einnig finna á heimasíðunni: [www.setrid.is](http://www.setrid.is)

**Ef lækni þinn gefur ekki fyrirmæli um annað skal hætta notkun Persantíns einni viku fyrir speglunina vegna blæðingaráhættu. Ef þú ert á blóðþynningu (Kóvar), Plavix eða Pradaxa láttu þá lækni þinn vita.**

### Í eina viku fyrir rannsókn:

Forðast trefjar, gróf fræ, kiwi og annað grófmæti. Notirðu járntöflur þarftu að gera hlé á notkun þeirra.

### Tært fljótandi fæði í 2 daga/48 klst. fyrir speglun:

„Tærir vökvar“ eru t.d. vatn, tærar súpur (t.d. súputeningar), ávaxtasafar án aldinkjöts, ávaxtahlaup („jello“), gosdrykkir (ekki kók), svart kaffi eða te. Mikilvægt er að líkaminn fái nægilegan sykur og því ber að forðast sykurlausa drykki. Neytið ekki mjólkurvara eða fastrar fæðu.

### Dagur 1:

Tært fljótandi fæði. Drekkja minnst 2 lítra yfir sólarhringinn. Taka tvær töflur af Toilax kl. 18:00.

### Dagur 2 – dagurinn fyrir rannsóknina:

Afram tært fljótandi fæði.

1. Byrja að drekka úthreinsiblönduna kl. 17:00.
2. Drekkja glas af blöndunni á 15 mín. fresti. Drekkja u.þ.b. 2/3 blöndunnar þennan dag. Gott er að nota sogrör og hafa úthreinsivökvann kældann. Mörgum þykir vökvinn bragðvondur og getur þá brjóstsýkur hjálpað. Gott að hreyfa sig t.d. ganga um. Æskilegt er að fá sér að drekka vel af tærum vökvum.

### Dagur 3 - skoðunardagur:

Afram tært fljótandi fæði. Byrja daginn á því að drekka og drekka vel fram að speglun. Drekkja afgang Golytely-blöndunnar. Þú þarft að byrja snemma og ljúka við að drekka blönduna tveimur klst. fyrir speglun. Gerðu ráð fyrir að drekka hana á um einni og hálfri klst. Ef speglun er kl. 08:30 þarftu að byrja að drekka um kl. 05:00. Vökvinn sem gengur niður á að vera tær og tægjulaus.

**Ef framkvæma á bæði maga- og ristilspeglun fyrir kl. 11, drekkið þá allan Golytely vökvann deginum áður. Ef fyrirhugað er að gera magaspeglun á undan ristilspegluninni á að fasta í a.m.k. 4 klst. Mikilvægt er að drekka vel allan undirbúningstímann.**