

## Dicas para um bom preparo para a colonoscopia

Você vai realizar uma colonoscopia e está preocupado com o preparo para o exame? Fique tranquilo. Apesar de ser um preparo um pouco chato, seguindo as dicas a seguir você diminuiu as chances de apresentar algum mal-estar ou desconforto mais intenso.

**Primeira dica:** Não deixa para ler as orientações no dia que for começar o preparo. Leia com antecedência e com atenção as orientações sobre o preparo que foram entregues a você no serviço onde você agendou seu exame. Se tiver alguma dúvida você terá tempo para entrar em contato com o local onde irá realizar o exame e esclarecer as dúvidas com antecedência e maior tranquilidade.

**Segunda dica:** Verifique no local onde agendou o exame se serão necessários exames pré-anestésicos e quais exames precisam ser feitos. Para pessoas com mais de 60 anos ou pessoas que tenham alguma outra doença é importante passar por uma consulta pré-anestésica com a equipe de anestesistas que irão realizar a sedação para o exame.

**Terceira dica:** A terceira dica tem relação com a segunda. Como a colonoscopia é um exame realizado sob sedação é importante verificar no local onde agendou o exame se o exame é feito com o auxílio de um anestesista para realizar a sedação. Isso garante um exame mais bem feito e com maior precisão e mais segurança para o procedimento.

**Quarta dica:** Lembre-se de não marcar nenhum compromisso para o dia do exame. Apesar do exame durar em média 15 a 20 minutos, são realizados alguns procedimentos antes do exame como punção do acesso venoso, monitorização do paciente. Depois do exame a pessoa fica em média 60 minutos no setor até se recuperar da sedação e durante o restante do dia pode ficar um pouco mais sonolenta. Lembre-se que não pode dirigir após o exame e nem deixar o local sem acompanhante.

**Quinta dica:** Fique atento se nas orientações existe algum medicamento que você precise parar antes do exame como medicamentos que interferem na coagulação do sangue e medicamentos para o diabetes. Normalmente essa orientação vem anotada no início ou no final da folha com as orientações do preparo.

**Sexta dica:** Respeite a dieta rigorosamente. Se a dieta não for respeitada, mesmo usando os laxantes da maneira correta, o preparo ficará prejudicado e muitas vezes o exame terá que ser repetido em outra oportunidade.

**Sétima dica:** Fique atento aos horários que deve tomar as medicações laxativas e à quantidade correta. Outro ponto importante em relação ao preparado para limpeza intestinal é que ele deve ser tomado em um intervalo curto que varia de acordo com o medicamento utilizado. Fique atento ao horário de início e em até quanto tempo você deve ingerir todo o volume do preparado para a limpeza intestinal