

Miralax® & Gatorade®

Preparación para la próxima colonoscopia

YOU WILL NEED:

- 8.3 oz of Miralax® (14 dose bottle)
- 4 tablets of Dulcolax® laxative 5mg
- 64 oz of Gatorade®

Información para la cita

FECHA _____

HORA DE LLEGADA _____

- Endoscopy Center of Marin**
1100 S. Eliseo Dr. Suite 3, Greenbrae Calcule estar en el centro 2 horas
- MarinHealth Medical Center**
250 Bon Air Road, Greenbrae Calcule estar en el hospital 2 horas
- Novato Community Hospital**
180 Rowland Way, Novato Calcule estar en el hospital 3 horas

Instrucciones para la diabetes (si procede)

Instrucciones para el medicamento oral

Calendario de insulina

Instrucciones para anticoagulantes (si procede)

- Continuar con el anticoagulante según receta
- SUSPENDER por días

Recetas para la pérdida de peso (si procede)

- Dosis semanal (Ozempic, Rybelsus, Wegovy, Trulicity, Mounjaro) La última dosis debe tomarse 7 días antes del procedimiento.
- Dosis diaria (Saxenda, Byetta) No tomar el día del procedimiento.
- Otras instrucciones:

MarinHealth General & Colorectal Surgery
MyMarinHealth.org/colorectalsurgeryclinic

MarinHealth® y el logotipo de MarinHealth® son marcas de servicio registradas de Marin General Hospital y se utilizan con permiso





7 días antes de la colonoscopia

- Confirme el viaje para el día del procedimiento
- Si toma anticoagulantes o medicamentos para adelgazar, **revise las instrucciones** para detener la receta.

Última oportunidad para cancelar/reprogramar su cita para el procedimiento. Tenga en cuenta que Endoscopy Center of Marin puede imponer un cargo por cancelación tardía de hasta \$200.



5 días antes de la colonoscopia

- Revise **cuidadosamente las instrucciones de preparación** y planifique sus comidas
- Haga una lista de sus medicamentos y suplementos para proporcionar al centro. Incluya el nombre de la receta, la dosis y las instrucciones
- Haga una lista de sus alergias para proporcionar al centro



3 días antes de la colonoscopia

- DEJE de comer comidas con frutos secos, semillas o cereales integrales (frutas y verduras con semillas, ajonjolí, etc.)
- Evite maíz, frijoles, quinoa y palomitas de maíz
- Para más recomendaciones de dieta, **visite:** MyMarinHealth.org/prep



2 días antes de la colonoscopia

- Aumente la ingesta de líquidos, beba un mínimo de 64 onzas de líquidos claros (aproximadamente 8 vasos) (preferiblemente agua)
- Coma comidas balanceadas, pero siga evitando los frutos secos, las semillas y los cereales integrales



1 día antes de la colonoscopia

“DÍA DE LA PREPARACIÓN”

- Coma un desayuno bajo en residuos ANTES de las 10 a.m. (tostadas de pan blanco, huevos, yogur, crema de trigo, batidos sin semillas)
- A las 10 a.m., comience una “dieta de líquidos claros”. Los líquidos claros incluyen agua, zumo sin pulpa, refrescos, café/té negro (sin leche), bebidas electrolíticas, Ensure CLEAR, Boost Breeze®, gelatina, caldo, helados de agua
- A las 6 p.m., tome 2 tabletas de Dulcolax® y beba la primera dosis de la preparación Miralax®-Gatorade®
- Beba las 32 en 2 horas
- Continúe bebiendo líquidos claros hasta la hora de acostarse

Preparación Miralax®-Gatorade®: (prepare 2) Mezcle 32 oz de Gatorade® con la mitad de la botella de Miralax®, aproximadamente 4.2 oz.

El día de la colonoscopia

- Despiértese 5 – 6 horas antes de la hora de llegada para comenzar la **segunda** dosis
- Tome inmediatamente 2 tabletas de Dulcolax® y beba la segunda dosis de la preparación Miralax®-Gatorade®
- Beba las 32 oz en 2 horas
- **Complete la preparación intestinal 3 horas antes de la hora de llegada a la colonoscopia. DEJE de beber líquidos 3 horas antes de la hora de llegada a la colonoscopia.**
- Debe tomar sus medicamentos/suplementos habituales por lo menos tres horas antes de la hora de llegada o después de la colonoscopia.

TRAIGA LO SIGUIENTE:

- Identificación con foto
- Lista de medicamentos
- Tarjeta del seguro
- Lista de alergias

CONSEJOS

- Para mejorar el sabor, intente utilizar una pajita para beber la preparación
- Si tiene náuseas o vómitos, descanse durante 15 minutos y después intente reanudar la preparación
- Utilice toallitas húmedas sin perfume en lugar de papel higiénico.
- Utilice Vaselina o una pomada para la dermatitis del pañal alrededor del ano antes o durante la preparación para minimizar la irritación producida por las deposiciones