KESKI-
SUOMEN
HYVINVOINTI-
ALUE

Paksusuolen tähystys- usein kysytyt kysymykset tutkimukseen tullessa

Noudata aina ensisijaisesti kutsun mukana saamiasi valmistautumisohjeita. Jos jokin asia jää epäselväksi tai et pysty noudattamaan ohjeita, ota hyvissä ajoin yhteyttä Endoskopiakeskukseen.

1. Mitä ruokailussa tulee huomioida ennen tutkimusta?

Noudata ensisijaisesti kutsun mukana saamaasi valmistautumisohjetta. Voit syödä monipuolisesti tutkimusta edeltävään viikkoon asti.

Viikkoa ennen tutkimusta kevennä ruokavaliota ja vältä siemeniä sisältäviä ruokia. Suosi pieniä ja helposti sulavia aterioita. Vältä suuria ja rasvaisia aterioita sekä runsaasti kuitua sisältäviä ruokia. Tämä helpottaa suolen tyhjentymistä ja parantaa tutkimuksen onnistumista.

Vältä esimerkiksi marjoja ja hedelmiä, joissa on pieniä siemeniä, kuten vadelmaa, mustikkaa, mansikkaa, kiiviä ja lakkaa. Vältä myös siemeniä sisältäviä leipiä ja muita siemeniä sisältäviä tuotteita.

Tutkimusta edeltävänä päivänä et saa syödä kiinteää ruokaa. Noudata kutsun mukana saamaasi ohjetta siitä, mitä voit syödä ja juoda tutkimusta edeltävänä päivänä.

Tyhjennysaineen lisäksi on tärkeää juoda riittävästi muita nesteitä. Sopivia nesteitä ovat esimerkiksi sokeroitu kahvi tai tee, kivennäisvesi, läpikuultava mehu, limsa, vesi ja muut ohjeessa sallitut energiapitoiset nesteet.

Nesteiden juominen edistää tyhjennysaineen vaikutusta ja auttaa ehkäisemään huonoa oloa. Tavoitteena on, että suolesta tuleva neste muuttuu lopuksi kirkkaaksi tai kellertäväksi.

2. Mitä ruokia tulee välttää ennen paksusuolen tähystystä?

Vältä siemeniä sisältäviä ruokia tutkimusta edeltävän viikon ajan.

Vältä esimerkiksi:

- marjoja, kuten mustikkaa, puolukkaa, mansikkaa, viinimarjoja, herukoita ja lakkaa
- hedelmiä, joissa on pieniä siemeniä, kuten kiiviä ja viinirypäleitä
- siemeniä sisältäviä leipiä
- siemeniä sisältäviä jogurtteja ja muita tuotteita.

Siemenet voivat jäädä suoleen ja haitata tähystystä. Pahimmillaan ne voivat tukkia tähystimen ja tutkimus voidaan joutua keskeyttämään.

3. Voinko sekoittaa tyhjennysaineen mehuun?

Sekoita tyhjennysaine pakkauksen ohjeen mukaisesti veteen. Älä korvaa vettä mehulla.

Voit halutessasi juoda erikseen ohjeessa sallittua mehua tai muuta kirkasta nestettä tyhjennysaineen maun helpottamiseksi.

4. Voinko vaihtaa tyhjennysaineen toiseen valmisteeseen?

Jos et voi käyttää kutsun ohjeessa mainittua tyhjennysainetta, voit kysyä apteekista sopivaa vaihtoehtoista valmistetta.

On tärkeää, että suoli tyhjentyy kunnolla ennen tähystystä. Eri tyhjennysaineiden käyttöohjeet ja tarvittava nestemäärä voivat poiketa toisistaan, joten noudata aina käyttämäsi valmisteen ohjeita.

5. Mihin aikaan aloitan tyhjennysaineen juomisen?

Tyhjennyksen aloitusaika riippuu tutkimuksesi ajankohdasta ja käyttämästäsi tyhjennysaineesta.

Tyhjennysaineen annosten kellonaikoja voi tarvittaessa hieman sovittaa omaan aikatauluusi, jos ohjeen mukainen ajankohta osuu yöaikaan. Pyri kuitenkin noudattamaan annosten välistä aikaa ja viimeisen annoksen ajoitusta mahdollisimman tarkasti.

Noudata ensisijaisesti kutsun mukana saamaasi valmistautumisohjetta. Juo tyhjennyksen aikana myös ohjeessa mainittuja muita energiapitoisia nesteitä.

6. Mitä voin juoda tyhjennyksen aikana?

Noudata kutsun mukana saamaasi valmistautumisohjetta.

Tyhjennyksen aikana on tärkeää juoda riittävästi myös muita nesteitä, joista saa energiaa. Sopivia nesteitä ovat esimerkiksi vesi, kivennäisvesi, kahvi, tee, läpikuultava mehu ja limonadi sekä muut ohjeessa sallitut energiapitoiset nesteet.

Tyhjennysaine puhdistaa suolta eikä yksinään anna elimistölle riittävästi nestettä tai energiaa. Energiapitoisten nesteiden juominen auttaa ehkäisemään huonoa oloa ja nestehukkaa.

7. Miten voin vähentää ulostamisen tarvetta matkalla tutkimukseen?

Tyhjennysaine aiheuttaa runsasta ulostamista, eikä ulostamisen tarvetta voi kokonaan estää.

Varaa riittävästi aikaa tyhjennykseen ennen lähtöä ja käy WC:ssä juuri ennen matkaa. Noudata kutsun mukana saamaasi ohjetta tyhjennysaineen ajoituksesta.

8. Miten suolen saa tyhjäksi, jos sinulla on ummetusta?

Jos sinulla on ummetusta, huolehdi siitä, että suoli toimii mahdollisimman säännöllisesti tutkimusta edeltävän viikon ajan.

Voit tarvittaessa käyttää apteekista saatavaa ummetuslääkettä valmistautumisohjeen mukaisesti. Jos ummetus on vaikeaa tai olet epävarma tyhjennyksen onnistumisesta, ole hyvissä ajoin yhteydessä tähystysyksikköön.

9. Sattuuko paksusuolen tähystys?

Tutkimus voi aiheuttaa hetkellistä epämukavuutta tai kipua. Tuntemukset johtuvat esimerkiksi suolen venymisestä, kun tähystintä viedään eteenpäin suolessa, sekä hiilidioksidikaasusta, jolla suolta laajennetaan tutkimuksen aikana.

Epämiellyttäviä tuntemuksia pyritään ehkäisemään ja helpottamaan esimerkiksi vatsaa tukemalla, tähystintä oikomalla ja asentoa vaihtamalla. Tarvittaessa voit saada kipua lievittävää tai rauhoittavaa lääkitystä.

Koepalojen ottaminen ei aiheuta kipua.

10. Kuinka kauan paksusuolen tähystys kestää?

Paksusuolen tähystys kestää tavallisesti noin 30 minuuttia.

Varaa käyntiin tutkimusta pidempi aika, sillä käyntiin voi kuulua valmistelua, lääkitystä ja tutkimuksen jälkeistä seurantaa.

11. Pääsenkö lähtemään kotiin heti tutkimuksen jälkeen?

Jos et saa tutkimuksen yhteydessä rauhoittavaa tai kipua lievittävää lääkitystä, pääset yleensä lähtemään kotiin pian tutkimuksen jälkeen.

Jos saat lääkitystä, vointiasi seurataan tarvittaessa tutkimuksen jälkeen. Saat yksiköstä ohjeet kotiin lähtemisestä, mahdollisesta saattajan tarpeesta ja ajokiellosta.

12. Saanko syödä ja juoda tutkimuksen jälkeen?

Noudata tutkimusyksiköstä saamiasi ohjeita, sillä tehdyt toimenpiteet voivat vaikuttaa syömis- ja juomisohjeisiin.

13. Voinko saada apua suolentyhjennykseen, jos se ei onnistu kotona?

Jos suolen tyhjentäminen ei terveydentilasi tai toimintakykysi vuoksi onnistu kotona, ota hyvissä ajoin yhteyttä tähystysyksikköön.

Yksikössä arvioidaan, tarvitsetko tyhjennystä varten osastopaikan tai muuta apua. Tyhjennys toteutetaan saamiesi ohjeiden mukaisesti.

14. Kuka tekee tähystyksen?

Tähystyksen tekee lääkäri, joka on saanut koulutuksen tähystystutkimusten tekemiseen.

Hoitaja avustaa tutkimuksessa ja huolehtii voinnistasi tutkimuksen aikana.