

HOW DO I PREPARE FOR MY COLONOSCOPY?

To prepare for your colonoscopy, you will need to take steps to make sure your colon is clean. This is called **bowel prep**. Bowel prep can be time consuming and a little uncomfortable, but it is necessary for a successful colonoscopy.

This is a general guide of the steps to take for your bowel prep. The instructions can be different for each person. Please talk to your doctor.

DATES

5-7 DAYS BEFORE




Find someone who can go with you and drive you home from your procedure.




STOP taking iron supplements. You may also need to adjust your medications. Talk to your doctor.



STOP eating foods like nuts and seeds, raw vegetables, popcorn and high fiber foods.



Nuts & Seeds



Raw Vegetables




Popcorn






Berries



Corn



Beans



Peas

HIGH FIBER FOODS



Get your bowel prep supplies. Make sure you have your bowel prep prescription, then shop for your clear liquid diet.

DATE

2 DAYS BEFORE



START extended bowel prep if recommended by your doctor.

DATE

1 DAY BEFORE



START a clear liquid diet. No solid foods. No **RED** or **PURPLE** foods or drinks.

EAT/DRINK



Coffee w/o Cream



Tea



Broth



Jello



Popsicles



Sports Drinks



Take your bowel prep prescription as instructed by your doctor, usually by 4pm. Plan to stay home since you will need to use the bathroom often. This process usually takes several hours.

The goal of bowel prep is to get to this stool color



NO



NO



ALMOST THERE!





DATE:

TIME:

COLONOSCOPY DAY



Begin drinking bowel prep 5 hours before colonoscopy time.



Allow a full day for your colonoscopy, even though the procedure only takes about 30 minutes.



You will be given medication that makes you sleep. Most patients don't feel or remember the procedure.



Congratulations! You are done!

¿CÓMO ME PREPARO PARA MI COLONOSCOPIA?

Para prepararse para su colonoscopia, deberá tomar pasos para asegurarse de que su colon esté limpio. Esto se llama **preparación intestinal**. La preparación intestinal puede tomar mucho tiempo y ser un poco incómoda, pero es necesaria para una colonoscopia exitosa.

Esta es una guía general de los pasos para su preparación intestinal. Las instrucciones pueden ser diferentes para cada persona. Por favor, hable con su médico.

FECHAS

5-7 DÍAS ANTES



Encuentre a alguien que pueda ir con usted y llevarlo/a a casa después de su procedimiento.



PARE de tomar suplementos de hierro. Es posible que también necesite ajustar sus medicamentos. Hable con su médico.



PARE de comer alimentos como nueces y semillas, vegetales crudos, palomitas de maíz y alimentos ricos en fibra.



Nueces y Semillas



Verduras Crudas



Palomitas de Maíz



Bayas



Maíz



Frijoles



Chícharos

ALIMENTOS RICOS EN FIBRA



Obtenga sus suministros de preparación intestinal. Asegúrese de tener su prescripción de preparación intestinal, luego compre su dieta de líquidos claros.

FECHA

2 DÍAS ANTES



COMIENCE la preparación del intestino extendido si lo recomienda su médico.

FECHA

1 DÍA ANTES



COMIENCE una dieta de líquidos claros. No alimentos sólidos. No alimentos o bebidas **ROJAS** o **PÚRPURAS (MORADAS)**.

COMER / BEBER



Café sin crema



Té



Caldo



Jello (Gelatina)



Paletas de hielo



Bebidas deportivas



Tome su prescripción de preparación intestinal tal como lo indique su médico, generalmente a las 4pm. Planee quedarse en casa ya que necesitará usar el baño a menudo. Este proceso usualmente toma varias horas.

El objetivo de la preparación intestinal es llegar a este color de excremento



NO



NO



CASI ALLÍ



DÍA DE LA COLONOSCOPIA

FECHA:



Comience a beber la preparación intestinal 5 horas antes de la hora de la colonoscopia. Permita un día completo para su colonoscopia, aunque el procedimiento solo dura unos 30 minutos.

HORA:



Le darán un medicamento que lo/la hace dormir. La mayoría de los pacientes no sienten o recuerdan el procedimiento.



¡Felicidades! ¡Ha terminado!