

QUAN TRỌNG - XIN ĐỌC KỸ BÀI HƯỚNG DẪN NÀY 5 NGÀY TRƯỚC KHI LÀM THỬ NGHIỆM

CHUẨN BỊ TRƯỚC KHI SOI RUỘT GIÀ

1. **Thuốc Men:** Quý vị sẽ cần phải ngưng uống các loại thuốc làm loãng máu và aspirin **5 ngày** trước khi làm cuộc thử nghiệm. Đây là những loại thuốc Advil, Aleve, Motrin, ibuprofen, các loại thuốc có chất aspirin, aspirin cho thiếu nhi, Coumadin, Plavix, Aggrenox, Ticlid, Persantine, v.v. Nếu bác sĩ gia đình hoặc bác sĩ chuyên môn về Tim Mạch của quý vị cho bất cứ các loại thuốc này để chữa bệnh tim hay phòng ngừa chứng động tim, quý vị cần tham khảo với họ để xem có ngưng thuốc được không. Nếu quý vị có dùng ống van thông mạch máu loại **Cardiac Stent**, xin thông báo cho phòng mạch chúng tôi biết trước khi ngưng thuốc. Khi cần thiết, quý vị có thể dùng Tylenol. Quý vị có thể tiếp tục uống các loại thuốc khác như thuốc trị cao máu, thuốc trợ tim, ống thở hen suyễn, thuốc nhỏ mắt, v.v. Nếu quý vị không chắc thuốc của mình có uống được không, xin tham khảo với bác sĩ của quý vị hoặc dược sĩ tại tiệm thuốc tây. Có những loại thuốc có thể chờ để uống trong thời gian chuẩn bị hoặc thử nghiệm như thuốc bổ, thuốc bổ vôi, v.v. **Những bệnh nhân tiểu đường** cần phải liên lạc với bác sĩ của họ để được hướng dẫn về việc chích thuốc insulin và thuốc chặn đường trong máu vì độ lượng uống có thể thay đổi do bởi ăn kiêng cử bằng nước lóng. Nếu quý vị thường tự đo độ đường trong máu tại nhà, quý vị vẫn có thể tiếp tục làm công việc ấy.

2. **Chuẩn Bị Rửa Ruột - phần dùng thuốc xổ:** Có những phần chỉ dẫn trong bài này không áp dụng cho tất cả các bệnh nhân. Nếu quý vị không phải chuẩn bị theo cách uống 1 gallon thuốc xổ, quý vị không cần theo dõi phần hướng dẫn đó trong bài hướng dẫn này. Nên nhớ tuân theo phần chỉ dẫn do chúng tôi cung cấp, chứ đừng dựa theo chỉ dẫn ghi trên hộp thuốc. Mỗi trường hợp đều khác nhau, chúng tôi đều hiểu hàng xóm hoặc bạn đồng nghiệp của quý vị có thể có chỉ dẫn chuẩn bị soi ruột khác quý vị, nghe thấy cách của họ dễ dàng và có lẽ tốt hơn cách chúng tôi chỉ dẫn. Có những phương cách chuẩn bị gây khó khăn cho thận hoặc không thích hợp với sức khỏe cá nhân của quý vị. Điểm đáng chú trọng ở đây là phải rửa cho sạch ống tràng để có thể soi thấy những điểm thất thường và bứu polyps trong đó. Chúng tôi không muốn mất cơ hội phát hiện những thứ xấu đó!! Ngay cả một chút cặn phân nhỏ còn sót lại cũng có thể che dấu cái bứu polyp nguy hiểm. Xin vui lòng theo đúng lời chỉ dẫn trong thư của chúng tôi (không được ăn gian, đi đường tắt!!!)

Xin ghi nhớ, việc chuẩn bị này là dùng thuốc nhuận tràng. Nhớ ở gần phòng vệ sinh. Quý vị có thể cần xin nghỉ làm trừ khi quý vị có mối liên hệ mật thiết, thoải mái với đồng nghiệp. Quý vị sẽ cần giấy lau chùi mềm và ngay cả kem bôi da Desitin hay Vaseline nếu những chuyển vào thăm phòng vệ sinh thường xuyên khiến cho hậu môn hơi "đau". Nếu quý vị phải dùng thuốc xổ theo gallon, nó sẽ có công hiệu rất nhanh. Nếu dùng thuốc xổ Dulcolax (5mg) và/hoặc Magnesium Citrate, thuốc sẽ có công hiệu trong vòng vài tiếng đồng hồ, nhưng xin ghi nhớ trường hợp của quý vị cũng có thể ngoại lệ. Chúng tôi khuyên quý vị nên tránh bị kẹt xe trên beltway.

Nếu quý vị dùng thuốc xổ có gia vị, bất cứ gia vị nào ngay cả dâu cherry cũng đều dùng được. Cần nhất là phải uống dung dịch pha trộn này vào tối hôm trước và số lít còn lại vào buổi sáng sớm trước khi soi ruột theo lời chỉ dẫn. Tuy công việc sửa soạn này có vẻ nhiều nhưng nó rất quan trọng. Một chút sơ sót rửa ruột không sạch sẽ che dấu vết bứu polyp. Nếu việc thử nghiệm phải bị tái diễn, lập lại, lần chuẩn bị thứ hai sẽ còn chi tiết hơn. Tất cả các phương pháp chuẩn bị đều đòi hỏi phải uống nhiều nước để tránh bị khô háo trong người, vì thế nhớ uống nhiều nước! Nếu nhà quý vị ở quá xa phải lái xe lâu mới đến chỗ hẹn hoặc có giờ hẹn làm soi ruột rất sớm, quý vị có thể uống chỗ thuốc còn lại sớm hơn giờ định liệu vào buổi sáng hôm thử nghiệm. Xin ghi nhớ: **KHÔNG ĐƯỢC ĂN UỐNG BẤT CỨ THỨC GÌ 4 TIẾNG TRƯỚC KHI SOI RUỘT.**

Gợi Ý: Để giúp quý vị có thể uống nổi một bình nước thuốc xổ to lớn kia hoặc bất cứ phương pháp chuẩn bị nào với số lượng nước thuốc xổ quá cao. Dựa theo kinh nghiệm, tuy đây không phải là ly cocktail ưa thích của tôi, tôi cũng phải uống cạn nó. Quý vị có thể dùng ống hút, uống liên tục, dùng nhắm nhấp, và ngồi thẳng lưng tại bàn vì quý vị sẽ có cảm giác no bụng sau khi uống. Nếu cần phải nghỉ hơi khi uống những ly nước xổ này thì hãy nghỉ 1 chạng. Vào phòng tắm, đi

tới đi lui một chút rồi uống tiếp. Cố gắng đừng kéo dài quá. Thuốc xổ có hiệu quả hơn nếu uống hết trong vòng 3 tiếng. Nếu quý vị cảm thấy buồn nôn hay phải nôn mửa, nghỉ 30 phút rồi bắt đầu uống tiếp.

3. **Ăn Kiêng Cũ Bằng Nước Trong Suốt**: Khi quý vị bắt đầu buổi kiêng cũ bằng nước trong suốt theo hướng dẫn, quý vị sẽ không được ăn uống trở lại bình thường (thức ăn đặc) cho tới sau buổi soi ruột của quý vị. Đôi khi uống nước dùng gà hay bò có thể cho cảm giác no đủ (nước dùng trong lon hiệu Swanson rất thơm ngon). Quý vị có thể uống các loại nước dùng này bất cứ lúc nào và cần nhất phải uống nhiều nước lọc để không bị háo nước trong người. Đừng uống nước có chất phẩm màu đỏ. Và cũng không cần phải hỏi lại chúng tôi, nước màu xanh lá cây, màu cam, nước chanh, trà, cà phê không có creamers—chất bơ sữa, nước sô-đa, v.v. đều uống được cả! Thức uống có chất đường cũng được. Quý vị có thể nhai kẹo cao-su hoặc ngậm kẹo cứng nhưng không có màu đỏ. Nếu cần, có thể uống 1 ly rượu trắng hoặc nước TRONG SUỐT có chất rượu. Gatorade, Propel, hay Pedialyte có thể giúp quý vị thêm cơ nhiệt và giúp không bị háo nước. Quý vị sẽ phải ăn kiêng cũ theo kiểu này tron nguyên ngày chuẩn bị. Uống thật nhiều nhưng tuyệt đối không được ăn bất cứ thức ăn gì ngày hôm ấy dù quý vị nghĩ rằng chỉ ăn một chút điểm tâm sáng sớm hay chút cơm trưa nhẹ vì giờ hẹn soi ruột trễ chắc cũng không sao? Không đúng! Xin ghi nhớ không được ăn gì cả, chỉ có ăn kiêng cũ bằng nước trong suốt là tốt nhất để có thể soi rõ trong ruột của quý vị. Quý vị có thể uống thuốc mà quý vị cần phải uống trong ngày hẹn của quý vị.

4. **Bệnh Viện**: Cuộc thử nghiệm soi ruột của quý vị sẽ kéo dài khoảng 30 phút. Thân nhân của quý vị có thể đón quý vị khoảng 1 tiếng sau cuộc thử nghiệm. Họ có thể chờ ở phòng đợi tại bệnh viện hay Trung Tâm Endoscopy. Cả hai nơi đều có cafeteria bán thức ăn, Starbucks, và tiệm bán quà tặng. Giấy tờ hướng dẫn của quý vị có ghi rõ giờ quý vị phải có mặt, nơi đậu xe, và địa điểm nơi thử nghiệm. Nhớ đem đầy đủ hồ sơ bảo hiểm, thẻ căn cước, và danh sách các loại thuốc quý vị đang dùng. Quần áo và đồ đạc của quý vị sẽ được giữ chung với quý vị trong thời gian ở bệnh viện, xin bỏ nữ trang và các báu vật ở nhà. Quý vị cần một người trưởng thành có trách nhiệm đưa đón. Nếu phải đi taxi cũng phải có một người lớn tuổi có trách nhiệm hộ tống.

5. **Du Lịch**: Chúng tôi không khuyến khích việc du lịch xa ngay sau khi thử nghiệm, nhất là đi bằng máy bay, tốt nhất hãy đợi 3 ngày sau cuộc thử nghiệm rồi mới đi xa. Xin hãy sắp đặt chương trình du lịch cho thích hợp.

6. **Kết Quả**: Khi kết quả thử nghiệm của quý vị được thu thập và soạn xong, bác sĩ sẽ duyệt qua mọi chi tiết. Bác sĩ hoặc y tá sẽ gọi điện thoại hoặc gửi kết quả của quý vị qua bưu điện. Tuy điện thoại chúng tôi rất bận, chúng tôi sẽ cố gắng hết sức gọi cho quý vị càng sớm càng tốt. Chúng tôi biết quý vị rất mong mỏi được biết kết quả. Nếu trong vòng 10 ngày mà quý vị không nhận được điện thoại của chúng tôi, xin vui lòng gọi cho chúng tôi biết. Xin nhớ chỉ gọi tới phòng mạch mà quý vị đến khám (vì kết quả sẽ được gửi về đó để kèm trong hồ sơ của quý vị). Chúng tôi sẽ không gọi thông báo cho bệnh nhân nếu kết quả bình thường và không cần phải làm sinh thiết (biopsy) hay phải lấy bứu polyps ra. Tất cả các tài liệu kết quả thử nghiệm sẽ được gửi đến thẳng văn phòng bác sĩ gia đình của quý vị. Kết quả quan trọng khẩn cấp sẽ được ưu tiên liên lạc trước. Xin chú ý điện thoại từ bác sĩ gọi đến sau giờ làm việc có thể mang dấu hiệu là "blocked call" vì đôi khi họ gọi từ nơi xa hoặc ngoài phòng mạch.

7. **Gọi Điện Thoại vào Phòng Mạch**: Chúng tôi luôn niềm nở tiếp đón bệnh nhân. Cũng như quý vị, chúng tôi cũng không ưa thích để lại lời nhắn qua hệ thống nhắn máy. Khi bận rộn không kịp bắt điện thoại, chúng tôi luôn dựa vào máy nhắn tin để nhận tin tức. Và chúng tôi nghe máy thường xuyên. Nếu bác sĩ của quý vị cần thêm thử nghiệm, y tá sẽ thu xếp việc đó và gửi thông báo đến quý vị bằng thư bưu điện. Nếu quý vị không muốn lắng nghe lời nhắn dài dòng trong máy của chúng tôi, chỉ cần bấm nút # là sẽ đến phần cuối. (Tôi biết lời nhắn ấy dài lắm!). Xin đừng điện thoại nhà để nhắn lời lại. Điện thoại cầm tay đôi khi nghe không rõ. Xin vui lòng đánh vần tên của quý vị rõ ràng và cho biết bác sĩ nào trong 5 bác sĩ của chúng tôi là bác sĩ chăm sóc cho quý vị.

8. **Cần Phải Dời Ngày Hẹn Soi Ruột?** Có nhiều cách để lấy hẹn. Thông thường có nhiều bệnh nhân đang chờ để được có hẹn nên chúng tôi rất cần có đủ thời gian để xoay sở việc này. Chúng tôi rất cảm ơn quý vị đã lấy hẹn và giữ đúng hẹn. Tiếc thay, nếu quý vị hủy bỏ ngày hẹn sau 5 ngày hoặc không đến khám, quý vị sẽ phải trả lệ phí lỡ hẹn (\$150) và bảo hiểm của quý vị sẽ không chịu trách nhiệm này.