

Ordinacija Central-Praxis Vam se predstavlja

Dragi pacijenti,
naša ordinacija specijalizovana je za bolesti želuca i creva i pruža ceo spektar usluga iz oblasti gastroenterologije. Naš fokus usmeren je na dijagnostičku i terapeutsku endoskopiju (gastroskopija i kolonoskopija). Pritom koristimo poslednju generaciju tehnologije za endoskopiju.

U ovoj brošuri smo za Vas saželi najbitnije informacije za planiranu kolonoskopiju. Na stranicama koje slede možete naći smernice za pripremu i pomoćne informacije o samom procesu pregleda.

Dalje informacije možete naći i na stranici www.central-praxis.ch

Priprema za kolonoskopiju



Optimalna priprema počinje četiri dana pre pregleda. Bitno je da creva budu potpuno ispražnjena, jer se samo u tom slučaju može obezbediti precizna dijagnoza. Kod zaostalih zaprljanih delova mogu se npr. prevideti polipi ili tumori. Pored toga, semenje, koštice ili jela bogata vlaknima mogu zapušiti uređaj kojim se obavlja pregled..

Ispravan način ishrane tokom pripreme

Četiri dana pre pregleda:

Ispravno:

- hrana sa malo dijetetskih vlakana (npr. beli hleb)
- čaj, sokovi (bez voćnog mesa)
- piletina, teletina, riba, mlečni proizvodi, jaja, pire od krompira, pirinač

Pogrešno:

- koštunjavo voće i povrće (npr. grožđe, jagode, kivi, paradajz, smokve itd.)
- hrana bogata vlaknima i dijetetskim vlaknima (npr. špargla, sirova hrana, salata, musli, integralni proizvodi, seme lana, orah itd.)

Dan pre pregleda:

Poslednji čvrsti obrok:

- ručak do 13 h (npr. krompir, testenine, pirinač, beli hleb, sir, jaja, čaj).
Nakon toga bez čvrstog obroka!

Celog dana je dozvoljeno konzumirati:

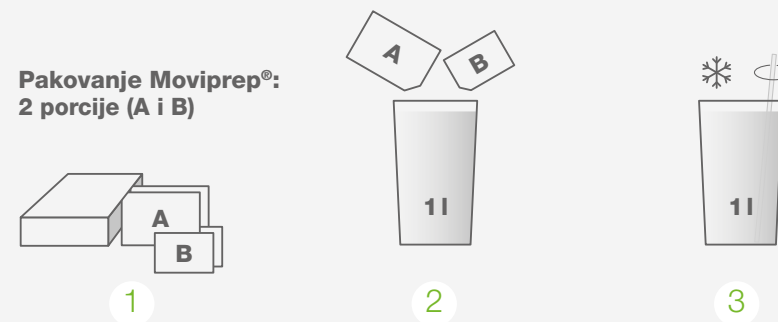
- bistrte tečnosti (bez ugljenih hidrata), bistra supa, groždani šećer, bombone.

Pražnjenje creva sredstvima Moviprep® i X-Prep®

- Šta je to Moviprep®? Prašak koji se rastvara i služi za ispiranje creva. Kada se rastvori u vodi i popije obavlja pražnjenje creva.
- Šta je to X-Prep®? Ekstrakt sirupa od plodova sene koji se koristi u kombinaciji sa sredstvom Moviprep® za pražnjenje creva.

Način pripremanja jedne porcije sredstva Moviprep®

Pakovanje Moviprep®: 2 porcije (A i B)



- 1 Jedno pakovanje Moviprep® sadrži po dve kesice A i B (za dve porcije).
- 2 Za jednu porciju sipajte sadržaj iz kesica A i B u posudu. Dodajte jedan litar vode.
- 3 Izmešajte tečnost sve dok ista ne postane skoro bistra (može potrajati nekoliko minuta).

Predlog: sredstvo Moviprep® popijte rashlađeno ili sa cevčicom.

Posle prvog gutljaja sredstva Moviprep®

Od sada pa sve do pregleda nije više dozvoljeno konzumirati čvrstu hranu. U ovom periodu molimo Vas popijte najmanje još jedan litar bistre tečnosti.

Vašu individualnu satnicu unošenja možete naći na strani 6.

Unošenje sredstva Moviprep® i X-Prep®

1/2 flašice



1/2 flašice



Vaša individualna satnica za unošenje:

Prva porcija

prethodni dan

na dan pregleda

Sati

Druga porcija na

dan pregleda

Sati

Kolonoskopija do 13 časova: Uneti 1 litar sredstva Moviprep®, po 1/2 flašice sredstva X-Prep® i po 1/2 litra bistre tečnosti, po slobodnom izboru, na dan pre pregleda i na dan vršenja pregleda (ukupno dve porcije).

Kolonoskopija posle 13 časova: Uneti 2 x 1 litar sredstva Moviprep®, 2 x 1/2 flašice sredstva X-Prep® i 2 x 1/2 litra bistre tečnosti, po slobodnom izboru, na dan vršenja pregleda (ukupno dve porcije).

- Popijte pola flašice nerazblaženog sredstva X-Prep® (oko 37,5 ml) neposredno pre unošenja sredstva Moviprep®.
- Popijte pola litra sredstva Moviprep® u roku od 1 – 2 časa.
- Pokušajte da svakih 10 do 15 minuta popijete jednu čašu.
- Posebno preporučujemo dodatni unos najmanje još jednog litra bistre tečnosti po slobodnom izboru.
- Nakon unošenja drugog litra sredstva Moviprep® trebalo bi pre početka pregleda da prođe najmanje sat vremena kako bi se postiglo potpuno čišćenje creva.
- Tokom unošenja sredstva budite u blizini toaleta.



Endoskopija debelog creva – kolonoskopija



Kolonoskopiju je potrebno sprovesti između ostalog kada postoje nejasni uzroci tegoba u predelu stomaka, mešanje krvi sa stolicom, kod gubitka telesne težine iz nepoznatog razloga, kao i kod anemije ili nedostatka gvožđa. I kod promena redovne stolice kao i kod postojanja porodične anamneze (kancer) preporuka je da se stanje razjasni. Od 50. godine života svakako ima smisla podvrgnuti se pregledu čije troškove preuzima obavezno zdravstveno osiguranje.

Priprema

Za postizanje smisaonog i tačnog rezultata neophodno je da creva prethodno bude potpuno ispražnjena. Sredstva koja se unose izazivaju proliv zbog čega je smisaono da se priprema obavi kod kuće u uobičajenom okruženju. Molimo pridržavajte se naših uputstava i kontaktirajte nas ukoliko imate pitanja ili nejasnoća. Potpuno je normalno je da creva i nakon pražnjenja sadrže tečnosti. To ne treba da Vas brine. Zahvaljujući našim modernim uređajima zaostalu tečnost možemo ukloniti bez problema.

Detalje za pripremu u skladu sa terminom možete naći pod naslovom "Priprema za kolonoskopiju" na strani 4.

Priprema za kolonoskopiju

Na dan pregleda očekujemo Vas da nas posetite u našoj ordinaciji po dogovorenom terminu. Naše radne aktivnosti planiramo da bi se koliko je god moguće izbeglo dugo čekanje. U razgovoru koji prethodi pregledu lekar će Vam u celosti objasniti kliničku sliku i odgovoriti na sva pitanja ili razjasniti nedoumice. Da bi pregled prošao što udobnije, dobićete lek za opuštanje (sredstvo za kratkotrajnu pospanost) koji će obezbediti da se pregled obavi tačno i bezbolno.

Sam pregled traje oko 30 minuta. Nakon toga ponovo sledi razgovor sa lekarom koji će Vam objasniti nalaz i odgovoriti pitanja.

Pregled

Nakon unošenja sredstva za opuštanje pregled protiče bez bolova te je na taj način obezbeđen nesmetani tok pregleda. Tokom pregleda vršimo nadzor nad disanjem i krvotokom.

Tokom pregleda vrši se procena stanja svih delova debelog creva i jednog dela tankog creva pomoću optičkog, savitljivog instrumenta (kolonoskop). Postoji mogućnost i bezbolnog uzimanja uzorka tkiva. Polipi – dobroćudne manje ili veće izrasline tkiva – tokom pregleda se takođe bezbolno otklanjaju. Nakon toga se radi analiza uzoraka koji se šalju specijalizovanoj laboratoriji. Kod polipa se u najvećem broju slučajeva radi o dobroćudnim izraslinama (adenomi). Oni međutim mogu da porastu i da tokom godina prerastu u rak debelog creva. Nalaz ćemo zajedno sa Vama analizirati i eventualno zakazati termin za kontrolnu kolonoskopiju.

Nakon pregleda

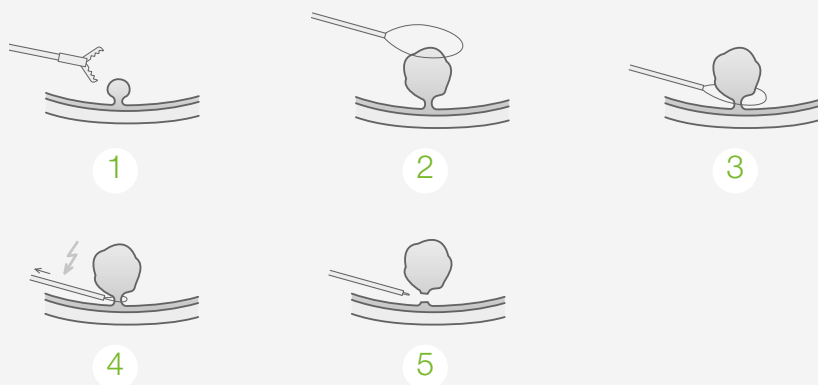
Molimo da za ovaj termin ne dolazite kolima. Lekove koje smo Vam prepisali umanjuju sposobnost za upravljanje vozilom. Dođite javnim prevozom ili neka Vas neko doprati. Neposredno nakon pregleda možete opet uobičajeno konzumirati hranu i piće, ukoliko to lekar nije drugačije propisao.

Rezultati pregleda će Vam odmah nakon toga biti saopšteni. Procena uzetih uzoraka tkiva traje jedan do tri dana. Ukoliko se utvrdi postojanje bitnih naznaka bićete o tome odmah obavešteni. U svakom slučaju izveštaj će biti prosleđen Vašem kućnom lekaru.

Polipi

Polipi su dobroćudne manje ili veće izrasline tkiva. Međutim, oni se rutinski uklanjaju jer se mogu razviti u zloćudne izrasline

Uzimanje uzoraka tkiva i uklanjanje manjih ili većih polipa



1 Uklanjanje pomoću klešta

2 – 5 Uklanjanje pomoću električne omče

Mogući rizici tokom kolonoskopije

Kako sam pregled tako i uzimanje uzoraka tkiva i uklanjanje polipa protiče bez većeg rizika. I pored izuzetne pažljivosti može doći do pojedinačnog krvarenja (0,5 do 3 procenata) koji mogu nastupiti odmah nakon uklanjanja polipa ili nešto kasnije nakon toga. Veoma retko (0,3 do 0,5 procenata) može doći do probijanja zida creva (perforacija), usled čega je onda neophodna operacija. Davanje odgovarajućih lekova može u retkim slučajevima uticati na funkciju disanja i rad srca, zbog čega se tokom pregleda vrši odgovarajući nadzor nad ovim funkcijama.

Činjenice o ranom otkrivanju raka debelog creva

Troškove mera za rano otkrivanje raka debelog creva (kancer debelog creva) od 1. jula 2013. snosi obavezno zdravstveno osiguranje (OKP) za sve žene i muškarce od 50. do 69. godine starosti. Najveći broj stručnih društava iz oblasti medicine kao i društvo za borbu protiv kancera zbog toga i preporučuje osobama koje nemaju tegobe da se od svoje 50. godine života podvrgnu preventivnom pregledu za rano otkrivanje bolesti raka debelog creva. Kolonoskopija važi za pouzdanu metodu.

Rak debelog creva u Švajcarskoj – brojevi i činjenice

Rak debelog creva spada u najčešća zloćudna oboljenja u Švajcarskoj. Okruglo 4.100 ljudi godišnje oboli, a 1.600 ljudi umre od posledice ove bolesti. Više od 90 procenata obolelih starije je od 50 godina, pri čemu su muškarci nešto češće pogođeni od žena. Povišeni rizik postoji i kod mlađih osoba ukoliko je kod jednog od roditelja ili braće i sestara dijagnostifikovan rak debelog creva ili polipi na debelom crevu. Veći broj obolelih članova porodice ukazuje na povišeni rizik. Isti stepen rizika postoji i kod naslednih, genetskih promena.

Kod većine oboljenja raka debelog creva dijagnoza se postavlja tek u kasnom stadijumu, jer razjašnjenje usledi najčešće tek kada nastupe simptomi i kada je oboljenje već u poodmakloj fazi. Rak debelog creva je najčešće izlečiv ukoliko se otkrije u ranom stadijumu. Stopa preživljavanja od 5 godina danas iznosi oko 60 procenata.



Simptomi

Procene ukazuju na to da prođe okruglo deset godina da se iz dobroćudnog polipa razvije rak. Polipi i tumori u ranom stadijumu najčešće ne uzrokuju nikakve tegobe.

Krv u stolici je jedan od najbitnijih i prvih simptoma za rak debelog creva. Međutim, krv može biti i nevidljiva (prikrivena) ili neprimećena. Mogući dalji simptomi su neobjašnjiv gubitak telesne težine, prinudna stolica, novonastali, stalni bolovi u stomaku ili nepravilnosti kod stolice.

Rano otkrivanje raka debelog creva – pregled za rano otkrivanje

Pregledi za rano otkrivanje imaju za cilj da prepoznaju moguće postojanje bolesti pre pojave simptoma. Ako pregled za rano otkrivanje rezultira upadljivim nalazom, vrše se dalja razjašnjavanja kako bi se potvrdilo ili isključilo moguće oboljenje.

Zahvaljujući pregledima za rano otkrivanje moguće je rak debelog creva otkriti u ranom stadijumu kada je isti moguće lečiti.

Metode za rano otkrivanje

Najčešće korišćena metoda za rano otkrivanje raka debelog creva njegovih predfaza jeste testiranje stolice na prikriveno prisustvo krvi i kolonoskopija (endoskopija debelog creva). Dalji postupak za dobijanje kliničke slike je CT kolonoskopija. U novo razvijene metode spada i DNK test stolice ili analiza krvi (određivanje tumor markera).

Kolonoskopija

Najpouzdanija metoda za otkrivanje raka debelog creva i njegovih predfaza je endoskopija debelog creva (kolonoskopija). Ona dodatno pruža mogućnost da se predfaze koje se tokom pregleda primete (polipi) po pravilu neposredno u okviru pregleda mogu i odstraniti (polipektomija). Polipi se nakon toga mikroskopski ispituju. Uklanjanjem dobroćudnih polipa moguće je sprečiti kasniju pojavu kancera debelog creva.

Ako se ne otkrije prisustvo polipa preporučujemo ponovnu kolonoskopiju za deset godina, u suprotnom će kontrolni pregled biti ranije zakazan.

Više informacija možete naći na www.krebsliga.ch/darmkrebs.

Izvor: «Faktenblatt Früherkennung von Darmkrebs», Krebsliga Schweiz, Bern, © Februar 2014, KLS / 2.2014 / 8000 D / 1662



Pražnjenje creva (čišćenje creva)

- **Da li mogu raditi tokom faze pražnjenja?**
To se ne preporučuje, jer je tokom pripreme faze potrebno često odlaziti do toaleta.
- **Kada počinje da deluje sredstvo za pražnjenje?**
Po pravilu u roku od 1 – 3 sati.
- **Da li je bitno popiti celokupnu količinu sredstva za pražnjenje, ili je moguće prestati kada stolica sadrži samo bistru tečnost?**
Da. Za tačnu procenu sluzokože potrebno je popiti celokupnu količinu sredstva.
- **Šta mogu učiniti ako mi tokom pripreme faza pozli?**
Uzmite jedan Motilium lingual (dobija se bez recepta) i sačekajte 20 minuta pre nego što popijete ostatak sredstva za pražnjenje.
- **Imam nagon za povraćanjem, da li je to strašno?**
Ne. To se dešava. Pokušajte da unosite veću količinu tečnosti, najbolje topao čaj. Ako se sadržaj koji se povraća sastoji pretežno od bistre tečnosti, onda će željeni efekat sredstva za pražnjenje ostati očuvan.
- **Kako da dođem do ordinacije a da usput iznenada ne dobijem potrebu za toaletom?**
Nemojte sat vremena pre polaska od kuće uzimati bilo kakvu tečnost i u tom slučaju će Vaš dolazak po pravilu proteći bez problema.
- **Da li je potrebno poneti rezervni donji veš?**
U načelu to nije potrebno. U pojedinačnim slučajevima od pomoći može biti kada su pri ruci rezervni donji veš i pantalone.
- **Teško mi je popiti sredstvo za pražnjenje, šta mogu preduzeti?**
Saveti: rashladiti sredstvo Moviprep®, piti ga pomoću cevčice, sredstvo sipati i piti iz PET flaše (manje mirisa), piti sa zatvorenim nosom, razblažiti bistrim sokom od jabuke ili sirupom, eventualno izmešati bistrim sokom, rastvoriti groždani šećer, piti u malim gutljajima (čudan ukus).

- **Da li je i pored menstrualnog ciklusa moguće sprovesti pražnjenje creva?**

Da. Nema posebnih napomena.

Pregled

- **Da li ću dobiti narkozu?**
Ne. Zahvaljujući sredstvu za kratkotrajnu pospanost (propofol) tokom pregleda nećete ništa osetiti, a nakon toga ste odmah budni. Pritom se ne umanjuju funkcije disanja, krvotoka i rada srca.
- **Da li je pregled bolan?**
Ne, jer će dok pregled traje dobiti sredstvo za kratkotrajnu pospanost (propofol). Čak mnogi pacijenti smatraju da je pregled prijatan.
- **Da li se pregledu mogu podvrgnuti i bez sredstva za kratkotrajnu pospanost?**
U načelu je to moguće. Međutim, mi to ne savetujemo jer kolonoskopija bez ovog sredstva za kratkotrajnu pospanost može da bude neprijatna.
- **Da li mogu posmatrati tok pregleda?**
Da. I pored sredstva za kratkotrajnu pospanost moguće je posmatrati drugi deo pregleda.
- **Strah me je od tog pregleda, da li je pregled opasan?**
Ne. Kolonoskopija spada u apsolutno rutinski pregled i ne predstavlja veliki rizik kako tokom uzimanje uzoraka tkiva kao i tokom uklanjanja polipa.
- **Da li se gastrokopija i kolonoskopija mogu istovremeno obaviti?**
Da, ove preglede je moguće kombinovati tokom jednog termina.
- **Da li se polipi mogu ukloniti tokom pregleda?**
Da. Po pravilu ih je moguće neposredno ukloniti pomoću klešta ili omči.

Nakon pregleda

- **Da li odmah nakon pregleda mogu opet sve jesti?**
Da. Nakon pregleda možete opet sve jesti.
- **Da li ću nakon pregleda imati nadutost stomaka?**
Kod pregleda koristimo CO₂ koji organizam veoma brzo apsorbira. Zbog toga se veoma retko javlja nadutost stomaka.

- **Da li dolazi do oštećenja crevne flore?**
Ne. Kod individualnih slučajeva može se uzimati probiotik (bioflorin).
- **Da li će proliv prestati odmah nakon pregleda?**
Da. Po pravilu proliv prestaje nakon poslednjeg unosa rastvora.
- **Da li nakon pregleda mogu samostalno da idem kući?**
Da. Starijim licima preporučujemo da ih neko otprati do kuće.
- **Da li ću odmah nakon kolonoskopije dobiti informacije o rezultatima pregleda?**
Da. Kod očiglednih nalaza (polip da/ne), a konsultacije slede odmah nakon pregleda. U slučaju da su uzeti uzorci tkiva detaljni izveštaj ćete dobiti u roku od dva do tri dana.

Oboljenja i lekovi

- **Ja sam dijabetičar, na šta treba da obratim pažnju?**
Nemojte koristiti sredstvo X-Prep®. Kod dijabetesa sa obaveznim insulinom treba obratiti pažnju da se pre svega postigne "veća" vrednost šećera (do 8 mmol/l), a ako je moguće dogovoriti neki termin u toku prepodneva.
Molimo Vas da nam se obratite ukoliko imate dodatnih pitanja.
- **Kako treba da koristim moje lekove za dijabetes/insulin pre kolonoskopije?**
U načelu na dan pregleda ne bi trebalo da koristite lekove za dijabetes. Ako koristite bazični insulin preporučujemo da na dan koji prethodi pregledu dozu insulina smanjite za 30 procenata (preveče). Pošto ste na dan pregleda u treznom stanju takođe ne treba koristiti ni bolus insulin. Ukoliko bolujete od oblika dijabetes mellitus, molimo Vas da nivo šećera u krvi izmerite neposredno pre pregleda.
- **Mogu li konzumirati sopstvene lekove tokom faze pražnjenja?**
Ne. Njih možete uzeti tek po završetku kolonoskopije, jer u suprotnom mogu biti isprane usled čega može izostati njihovo uobičajeno delovanje.
- **Da li se mora privremeno prestati sa razređivanjem krvi?**
Plavix i Aspirin cardio se u pojedinačnim terapijama mogu koristiti. Kod svih ostalih lekova za razređivanje krvi (Marcoumar, Xarelto) neophodno je obaviti konsultacije sa kućnim lekarom ili sa nama.

Organizacione napomene

- **Koliko vremena je neophodno ukalkulisati?**
Za kolonoskopiju oko 1,5 sati, za gastroskopiju oko 1 sat, uključujući završni razgovor.
- **Da li mogu raditi nakon kolonoskopije?**
To se ne preporučuje. Pacijenti čije zanimanje zahteva upravljanje vozilima ili rukovanje teškim mašinama ne smeju raditi na dan vršenja pregleda.
- **Da li je nakon kolonoskopije dozvoljeno voziti automobil?**
Ne. Upravljanje vozilima zbog datih lekova nije dozvoljeno 12 sati nakon izvršenog pregleda.
- **Da li se dobija dokaz o sprečenosti za rad (AUFZ)?**
Da. Rado ćemo Vam o tome izdati AUFZ uverenje.
- **Da li se odmah nakon pregleda mogu baviti sportom?**
Da. Jedino treba izbegavati vrste sportova kao što su plivanje, penjanje i biciklizam.
- **Da li sam sledećeg dana opet u dobroj kondiciji i mogu se vratiti uobičajenim aktivnostima?**
Da. Dan nakon pregled više nema nikakvih ograničenja.

Razno

- **Da li troškove kolonoskopije preuzima zdravstveno osiguranje?**
Troškovi se preuzimaju (nije oslobođeno od franšiza) kod postojećih tegoba debelog creva ili za preventivne preglede (između 50. i 69. godine života).
- **Zašto pacijenti moraju sami plaćati sredstvo X-Prep®?**
Troškove za sredstvo X-Prep® ne preuzima zdravstveno niti dodatno osiguranje jer se isto nalazi na listi farmaceutskih preparata za specijalnu namenu (LPPV).

O nama

Ordinacija Central-Praxis postoji još od 1969. godine na adresi Weinbergstrasse 26 koju vode specijalisti iz oblasti gastroenterologije. Prvi je sa radom počeo Dr. med. Felix Fierz – onda predsednik lekara Kantona Ciriha –, kada je preuzeo ordinaciju od Dr. med. Werner Biber. 1981. godine na njegovo mesto je došao gastroenterolog Dr. med. Andreas Dolder koji je ovde radio preko 31 godinu. Tradiciju nastavlja od 2012. godine njegov sin Dr. med. Mathias Dolder - takođe specijalista iz oblasti gastroenterologije. Od 2015. godine Dr. med. Mathias Dolder i dr. med. Martin Wilhelmi zajedno vode zajedničku ordinaciju.



Dr. med. Mathias Dolder

Lekar specijalista FMH za gastroenterologiju i hepatologiju
Lekar specijalista FMH za opštu internu medicinu
Licenca FMH lekar hitne pomoći SGNOR



Dr. med. Martin Wilhelmi

Lekar specijalista FMH za gastroenterologiju i hepatologiju
Lekar specijalista FMH za opštu internu medicinu
Licenca FMH sonografija SGNOR