ਆਪਣੀ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ

ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ

ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ

ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਇਕ ਟੈੱਸਟ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪਿਸਟ ਨੂੰ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪ ਨਾਂ ਦੇ ਇਕ ਖਾਸ ਯੰਤਰ ਨਾਲ ਗੁਦਾ (ਰੈਕਟਮ) ਅਤੇ ਕੋਲਨ (ਵੱਡੀ ਆਂਦਰ) ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਤਹਿ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪ ਇਕ ਲਚਕਦਾਰ ਟਿਊਬ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਇਕ ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਨਿੱਕਾ ਕੈਮਰਾ ਲੱਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲਨ (ਵੱਡੀ ਆਂਦਰ) ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਲੈ ਸਕੇ। ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਦੌਰਾਨ, ਟਿਸ਼ੂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਲਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰਸੌਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ

ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਸਤ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਮੁਤਾਬਕ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਦਵਾਈ ਵੱਡੀ ਆਂਤੜੀ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਜਜ਼ਬ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਦਿਨ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਤਿੰਨ ਤੋਂ ਚਾਰ ਲੀਟਰ ਤਰਲ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਪੂਰਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਦਿਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪੀਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਘਟਣਾ (ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ) ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਚੱਕਰ ਆਉਣ, ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਥਕੇਂਵੇਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦਵਾਈ ਇਕ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਸਟਮ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਹੋਰ ਵੀ ਛੇਤੀ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਵੇਗੀ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਨਾ ਜਾਉ ! ਦਵਾਈ ਤੁਹਾਡੀ ਆਂਤੜੀ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਰਗਰਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਟੱਟੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਿਜ਼ਾਬੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਹੇਠਲਾ ਪਾਸਾ ਦੁਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੋਆਇਲਟ ਪੇਪਰ ਦੀ ਥਾਂ ਬੇਬੀ ਵਾਈਪਸ ਵਰਤਣ, ਕੁਝ ਹਲਕੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵੈਸਲੀਨ ਜਾਂ ਜ਼ਿੰਕ ਦੀ ਮੱਲ੍ਹਮ ਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

ਸਾਫ ਤਰਲਾਂ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ

ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਸਿਰਫ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਲਉ ਸਗੋਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਤਰਲ ਲਉ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲੈਕਟਰੋਲਾਈਟਸ ਦੀ ਘਾਟ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤਰਲਾਂ ਵਿਚ ਲਾਲ ਜਾਂ ਵੈਂਗਣੀ ਰੰਗ ਦੀ ਫੂਡ ਕਲਰਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।

- ☑ ਪਾਣੀ
- ☑ ਪੌਪ
- ☑ ਜੈਲੋ
- ☑ ਕੌਫੀ*
- ☑ ਸਾਫ ਸੂਪ
- ☑ ਸਪੋਰਟਸ ਡ੍ਰਿੰਕ
- ☑ ਚਾਹ*
- ☑ ਪੌਪਸਿਕਲ
- ☑ ਜੂਸ (ਗੁੱਦਾ ਨਹੀਂ)

*ਦੁੱਧ ਜਾਂ ਕਰੀਮਰ ਨਹੀਂ

ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਲਿਸਟ

7 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ

- ☐ ਆਪਣੀ ਲੋਕਲ ਫਾਰਮੇਸੀ ਜਾਂ ਡਰੱਗ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਦਵਾਈ ਖਰੀਦੋ।
- ☐ ਆਇਰਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਲੈਣੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉ।

ਨੋਟ: ____

5 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ

- ☐ ਬੀਜਾਂ, ਗਿਰੀਆਂ, ਮੱਕੀ ਦੇ ਦਾਨਿਆਂ, ਹੋਲ ਗਰੇਨ ਦੀ ਬਰੈੱਡ ਅਤੇ ਗ੍ਰੈਨੋਲਾ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।

ਨੋਟ: ____

1 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ

- ❑ ਸਿਰਫ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਤਰਲ ਹੀ ਲਓ। ਸ਼ਰਾਬ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।
- ❑ ਆਪਣੀਆਂ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲਓ।

ਨੋਟ: ____

ਟੈੱਸਟ ਵਾਲੇ ਦਿਨ

- ❑ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚੋ ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਕੇਅਰ/ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡਅਤੇ ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਉ।
- ❑ ਆਪਣੀਆਂ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਘਰ ਛੱਡੋ।
- ❑ ਸੈਂਟ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਲਾਉ।
- ❑ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਬਾਲਗ ਰੱਖੋ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਲਿਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕੇ।

ਨੋਟ: ____

ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ

ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਕੈਂਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਖਾਸ ਤੌਰ ’ਤੇ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਦੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਇਸ ਚੀਜ਼ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲਨ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਸਾਫ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਕੋਲਨ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਿਚਲੀ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖੇਗੀ।

ਇਸ ਦਵਾਈ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਟੈੱਸਟ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਹਫਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਤੋਂ ਸੱਤ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿਚ ਵੀ ਕੁਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ।

ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨੋਟ:

- ਸਿਰਫ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਖੂਨ ਵਿਚਲੇ ਲੂਣ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸੰਭਵ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਜਿਸ ਵਿਚ ਚਿੱਤ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ, ਢਿੱਡ ਵਿਚ ਗੜਬੜ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਲਟੀਆਂ ਹਟਣ ਨਾ, ਢਿੱਡ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੀੜ ਹੋਵੇ, ਖੂਨ ਵਾਲੀ ਟੱਟੀ ਆਵੇ, ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੋਵੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ।
- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ! ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਕੈਂਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

BC Cancer Colon Screening
801-686 West Broadway Vancouver, BC V5Z 1G1

ਫੋਨ: 1-877-702-6566
ਈਮੇਲ: screening@bccancer.bc.ca
ਵੈੱਬ: www.screeningbc.ca/colon

ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਪਰਸਨਲ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ ਫ੍ਰੀਡਮ ਔਫ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਔਫ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਐਕਟ ਮੁਤਾਬਕ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਅਣਅਧਿਕਾਰਤ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਦੱਸੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਐਕਟਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹੀ ਵਰਤੀ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਦੱਸੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੁਆਲਟੀ ਦੀ ਜ਼ਾਮਨੀ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਾਂ ਉਦੋਂ ਦੱਸੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਕਾਨੂੰਨ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਵਲੋਂ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਜੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਓਪਰੇਸ਼ਨਜ਼ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਕੈਂਸਰ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਤੋਂ ਪੁੱਛੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਐਡਰੈਸ: 801 – 686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1, ਵੈੱਬ: www.screeningbc.ca ਜਾਂ ਈਮੇਲ: screening@bccancer.bc.ca) ਇਹ ਬਰੋਸ਼ਰ ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਚਾਇਨੀਜ਼ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਰੂਪ ਦੇਖਣ ਲਈ www.screeningbc.ca ’ਤੇ ਜਾਉ।