



تنظيف الأمعاء على مدى يومين باستخدام ميرالاكس ودولكولاكس

2 Day Bowel Prep with Miralax and Dulcolax

To prepare for your test or procedure, you will need to clean out your bowels or large intestines. **Review all of the information you are given as soon as you can**, so you are prepared and know what to expect during and after your test. **You may need to make changes to your diet or medicines.**

You will need to adjust your diet 5 days before the test and begin this bowel prep at 6:00 PM, 2 days before the test.

للإعداد للاختبار أو لإجراء العملية، ستحتاج إلى تنظيف الأمعاء الدقيقة أو الأمعاء الغليظة. يرجى مراجعة كافة المعلومات التي تحصل عليها ما أن تتمكن من ذلك، بحيث تكون مستعدًا ولكي تعرف ما يمكنك أن تتوقعه أثناء الاختبار وبعده. قد تحتاج إلى إدخال بعض التغييرات على نظامك الغذائي أو أدويةك. ستحتاج إلى تعديل نظامك الغذائي قبل 5 أيام من إجراء الاختبار والبدء في تناول هذا المستحضر في تمام الساعة 6:00 مساءً قبل إجراء الاختبار بيومين.

You need to have an adult come with you to your test

You will be given medicine to help you relax during the test that will affect your judgement and reflexes much of the day. For your safety, **you will need a responsible adult to drive you home after the test. Your driver needs to check in for the test with you. If your driver doesn't check in with you, we will need to speak to your driver before we can start your test. Your test will be delayed or cancelled if we cannot speak to your driver.**

- If your driver leaves the facility during the test, **he or she needs to give the staff a phone number where he or she can be reached. Your driver needs to be within 30 minutes** of the endoscopy unit.

يجب عليك اصطحاب شخص بالغ معك للاختبار

سيتم إعطائك الدواء لمساعدتك على الاسترخاء أثناء الاختبار وهو ما من شأنه أن يؤثر على حكمك على الأمور وعلى حركاتك الانعكاسية في معظم أجزاء اليوم. لسلامتك ستحتاج إلى وجود شخص بالغ ومسؤول لتوصيلك إلى المنزل بعد الاختبار. يجب أن يقوم سائق السيارة بتسجيل وصوله معك لإجراء الاختبار. إذا لم يقم السائق بتسجيل الدخول معك، سنحتاج إلى التحدث مع السائق القادم معك قبل أن تبدأ الاختبار. سيتم تأخير الاختبار أو إلغائه إذا لم يكن بإمكاننا التحدث مع سائقك.

- إذا ما غادر السائق المرفق أثناء الاختبار، يجب عليه أن يعطي العاملين رقم الهاتف الذي يمكن التواصل معه من خلاله. يجب أن يكون السائق على بعد 30 دقيقة على الأكثر من وحدة المناظير.

- If you take a cab, bus, or medical transportation service home after the procedure, **an adult, other than the driver needs to ride with you** for your safety.
- You should have **an adult with you to help you after the test at home for at least 6 hours.**

- إذا ما ركبت سيارة أجرة، أو حافلة، أو خدمة الانتقالات الطبية إلى المنزل بعد العملية، فيجب التحقق من وجود شخص بالغ آخر بخلاف السائق معك وذلك لسلامتك.
- يجب التحقق من وجود شخص بالغ معك لمساعدتك في المنزل على مدار 6 ساعات بعد الاختبار.

You may need to make changes to your medicines

If you take aspirin or NSAIDs, such as ibuprofen, naproxen, or Celebrex for pain, you **do NOT need to stop** taking these medicines before this test.

If you take medicines for diabetes, ask the doctor who ordered your diabetes medicine how to adjust your medicines for this test.

If you take any of the blood thinner medicines listed below:

- Ask the doctor who ordered this medicine if it is safe for you to stop taking this medicine before the test. **If you have a stent or certain other health problems, do NOT stop taking these medicines.**
- **If your doctor has advised you to NOT stop taking these medicines before the test, please call 614-293-6255 and ask to talk to a nurse.**
- If your doctor agrees you should stop taking any of the medicines listed below, stop for the listed number of days before your test or as your doctor recommends:
 - Brilinta (Ticagretor) – 5 days
 - Coumadin (Warfarin) – 5 days
 - Effient (Prasugrel) – 7 days
 - Eliquis (Apixaban) – 2 days
 - Lovenox (Enoxaparin) – 1 day
 - Plavix (Clopidogrel) – 5 days
 - Pletal (Cilostazol)– 5 days

قد تحتاج إلى إدخال بعض التغييرات على أدويةك

في حالة تناول الأسبرين أو مضادات الالتهاب غير الستيرويدية، مثل الأيبوبروفين، أو نابروكسين، أو سيلبركس لتخفيف الآلام، لا داعي للتوقف عن تناول هذه الأدوية قبل إجراء الفحص.

إذا ما كنت تتناول أدوية داء السكري، اطلب من الطبيب الذي وصف أدوية السكري لك أن يقوم بتعديل أدويةك بغرض إجراء الاختبار.

في حالة تناولك لأي من أدوية سيولة الدم التالية:

- اسأل الطبيب الذي أمرك بتناول هذا الدواء إذا كان من الآمن التوقف عن تناوله قبل إجراء الاختبار. إذا ما كنت قد قمت بتركيب دعامة أو كنت تعاني من أي مشاكل صحية أخرى، يرجى عدم التوقف عن تناول هذه الأدوية.
- إذا ما نصحك الطبيب بعدم التوقف عن تناول هذه الأدوية قبل الاختبار، يرجى الاتصال على الرقم **614-293-6255** وطلب التحدث إلى الممرضة.
- إذا ما وافق طبيبك على التوقف عن تناول أي من هذه الأدوية المدرجة فيما يلي، توقف خلال عدد الأيام المحددة قبل إجراء الاختبار أو بناء على توصيات طبيبك:
 - بريلينتا (تيكاجريتور) – 5 أيام
 - كومادين (وارفارين) – 5 أيام
 - إفيينت (براسورجيل) – 7 أيام
 - إليكيس (أبيكسابان) – يومان
 - ليفونوكس (إينوكسابارين) – يوم واحد
 - بلافيكس (كلوبيدورجيل) – 5 أيام
 - بليتال (سيلوستازول) – 5 أيام

- ❑ Pradaxa (Dabigatran) – 2 days
- ❑ Savaysa (Edoxaban) – 2 days
- ❑ Xarelto (Rivaroxaban) – 1 day

- ❑ براداكسا (دابيجاتران) – يومان
- ❑ سافايسا (إيدوكسابان) – يومان
- ❑ زاريلتو (ريفاروكسابان) – يوم واحد

The week before your test

You will need to buy 2 different medicines from a pharmacy. They can be found in the “laxative” section. Store brands often cost less. **You do not need a prescription.** Ask the pharmacist to help you find what you need.

- ❑ **Miralax** (Polyethelene Glycol 3350) - A **large bottle (8.3 ounces or 238 gram)** and a **small bottle (4.1 ounces or 119 grams)**
- ❑ **4 Dulcolax Laxative Tablets (bisacodyl USP 5 mg)** - sold in boxes of 10 tablets or more

Also **buy one large 64-ounce bottle and one 32 ounce bottle** of Gatorade, Powerade, or other sports drink that is **not red** in color. Use Crystal Light or sugar-free sports drinks if you have diabetes. These liquids will be used to mix with your Miralax before your test.

You will need **clear liquids** from the list to drink during the days before your test.

5 days before your test

- Do not eat any nuts, seeds, popcorn, corn, or green leafy vegetables.
- Stop any iron tablets or vitamins with iron.
- Stop using fiber supplements, like Metamucil, Citrucel, or Fiberall.

About the prep

For this prep, you will drink a medicine mixture and take some pills to clear the bowels of all solid matter. You will need to go to the bathroom often, and your stool will get very watery.

الأسبوع السابق على إجراء الاختبار

سوف تحتاج إلى شراء عقارين مختلفين من الصيدلية. يمكن العثور عليها في قسم «الأدوية الملينة». العلامات التجارية في المتاجر عادة ما تكون أقل سعرًا. **لست بحاجة لوصفة طبية.** اطلب من الصيدلي مساعدتك في العثور على ما تحتاجه.

- ❑ **ميرالاكس** (بولي إيثيلين جليكول 3350) - **زجاجة كبيرة (8.3 أونصة أو 238 غم)** و**زجاجة صغيرة (4.1 أونصة أو 119 غم)**
- ❑ **4 أقراص دولكولاكس الملينة (بيساكوديل USP 5 ملغ)** - يباع في علب تحتوي كل علبه على 10 أقراص أو أكثر.

يمكنك كذلك شراء **زجاجة واحدة كبيرة 64 أونصة وزجاجة واحدة 32 أونصة** من جاتوريد، أو باوراید، أو غير ذلك من المشروبات الرياضية على ألا يكون لونها أحمر. استخدم المشروبات الرياضية الشفافة أو الخالية من السكر إذا كنت تعاني من داء السكري. سوف تستخدم هذه السوائل لمزج الميرالاكس قبل اختبارك.

سوف تحتاج إلى تناول **السوائل الشفافة** من القائمة قبل أيام من اختبارك.

قبل 5 أيام من الاختبار

- لا تتناول المكسرات، أو البذور، أو الفشار، أو الذرة، أو الخضروات الورقية.
- توقف عن تناول أقراص الحديد أو أقراص الفيتامينات التي تحتوي على الحديد.
- توقف عن استخدام المكملات الغذائية التي تحتوي على الألياف مثل ميتاموسيل، أو سينتروسيل، أو فايبرول.

معلومات عن المستحضر

في هذا المستحضر، سوف تحتاج فقط إلى شرب مزيج الدواء والحصول على بعض الأقراص لتنظيف البطن من كافة المواد الصلبة. سوف تحتاج إلى الذهاب إلى الحمام على نحو متكرر، وقد يتحول البراز إلى سائل.

The prep may cause you to have cramps or feel bloated.

Your bowels are clear when you pass pale yellow liquid without any stool.

The prep medicine may not taste good. You need to drink all of it, so your bowels are clear for the test. If your bowels are not cleared, you may have to have the test rescheduled and do another prep.

هذا المستحضر قد يسبب شد عضلي أو تورم في القدمين. تصبح معدتك فارغة عندما تقوب بإخراج سائل أصفر باهت من دون أي براز.

قد لا يكون مذاق المستحضر الدوائي جيداً. سوف تحتاج إلى شربه بالكامل، للتحقق من خلو المعدة والأمعاء لإجراء الاختبار. إذا لم يتم تفريغ المعدة بالكامل، فقد تضطر إلى ترتيب إجراء الاختبار في موعد آخر، وتناول المستحضر مرة أخرى.

Clear liquids for prep

These clear liquids are allowed, but **avoid all red colored liquids**:

- Water
- Fruit juices that you can see through such as apple, white cranberry or white grape
- Popsicles or ice chips
- Ginger ale or lemon-lime soda
- Gatorade, other sports drinks or drink mixes like Kool-Aid
- Clear broth or bouillon
- Jell-O
- Coffee or tea with no milk or cream added

تناول السوائل الشفافة مع المستحضر

يُسمح باستخدام هذه السوائل الشفافة، ولكن تجنب السوائل ذات اللون الأحمر:

- الماء
- عصائر الفواكه الشفافة مثل التفاح، أو التوت البري، أو العنب الأبيض
- المصاصات أو رقائق الثلج
- الجعة أو صودا الليمون
- جاتوريد، أو المشروبات الرياضية الأخرى أو مزيج المشروبات الأخرى مثل الكول إيد
- الحساء الشفاف أو المرق
- الجيلي
- الشاي أو القهوة من دون إضافة لبن أو قشدة

2 days before your test

Do not eat any solid foods or eat or drink any milk products for the next 2 days until after your test is done. Drink only clear liquids.

قبل يومين من إجراء الاختبار

لا تتناول أي أطعمة صلبة ولا تشرب أو تأكل أي منتجات ألبان على مدار اليومين التاليين على إجراء الاختبار. لا تتناول سوى السوائل الشفافة.

Morning

- Start in the morning drinking **only clear liquids**.
- Drink at least four (8-ounce) glasses of water through the day as well as other clear liquids.

في الصباح

- ابدأ في الصباح بتناول السوائل الشفافة فقط.
- تناول ما لا يقل عن 4 أكواب (كل منهم 8 أوقيات) من الماء طوال اليوم إلى جانب غير ذلك من السوائل الشفافة.

- Most people find it easier to drink the prep medicine if the mixture is cold.
- Mix the **small bottle of Miralax powder with the 32 ounce bottle of sports drink**, so the mixture can chill in the refrigerator.
 1. To make room for the Miralax in the sports drink bottle, pour out a cup of the sports drink first and drink it.
 2. Pour the Miralax powder into the sports drink bottle. Put the cap on the bottle and shake it to dissolve the powder.
 3. Place the mixture into the refrigerator.

- معظم الأشخاص لا يجدون صعوبة في شرب المستحضر الدوائي إذا ما كان المزيج بارداً.
- امزج الزجاجة الصغيرة من ميرالاكس مع زجاجة المشروب الرياضي حجم 32 أوقية، واتركه ليبرد في الثلاجة.
 1. لتفريغ مكان للميرالاكس في زجاجة المشروب الرياضي، قم بصب كوب من المشروب الرياضي أولاً واشربه.
 2. صب مسحوق الميرالاكس في زجاجة المشروب الرياضي. ضع الغطاء على الزجاجة ورجها لإذابة المسحوق.
 3. ضع المستحضر في الثلاجة.

6:00 PM through evening

- **Start to drink the prep medicine mixture. Drink one 8-ounce cup of the mixture every 10 to 15 minutes until you finish all of the mixture.** It is better to drink each cup quickly rather than taking small sips.
- **Continue to drink other clear liquids through the evening.**

من 6:00 مساءً وحتى الليل

- ابدأ في تناول مزيج المستحضر الدوائي. اشرب كوب واحد أو 8 أوقيات من المزيج كل 10 إلى 15 دقيقة حتى تنتهي من تناول كل المزيج. يفضل تناول كل كوب بسرعة بدلاً من أخذ رشفات صغيرة.
- تابع شرب السوائل الشفافة الأخرى فقط طوال الليلة.

1 day before your test

Do not eat any solid foods or eat or drink any milk products today. Drink only clear liquids.

قبل يوم واحد من إجراء الاختبار

لا تتناول أي من الأطعمة الصلبة أو منتجات الألبان اليوم. لا تتناول سوى السوائل الشفافة.

3:00 PM

- **Take 4 Dulcolax tablets** with a drink of clear liquids.
- Mix the **large bottle of Miralax powder with the 64 ounce bottle of sports drink** as you did before.
- Place the mixture in the refrigerator to cool.

3:00 مساءً

- تناول 4 أقراص من الدولكولاكس مع كوب من السوائل الشفافة.
- امزج زجاجة كبيرة من مسحوق الميرالاكس مع زجاجة 64 أوقية من المشروبات الرياضية كما فعلت من قبل.
- ضع الخليط في الثلاجة ليبرد.

6:00 PM through evening

- Start to drink **half** of the prep medicine mixture. **Drink one 8-ounce cup of the mixture every 10 to 15 minutes until you finish half of the mixture.** You will need to drink the other half of the mixture in the morning, 6 hours before your test.
- **Continue to drink other clear liquids through the evening.**

Morning of your test

1. **Six (6) hours before your test is scheduled, drink the rest of the prep medicine mixture** as before. You may need to set your alarm to get up to finish your prep medicine.
2. Drink two, 8-ounce cups of clear liquids after you finish the prep medicine.
3. **You can drink clear liquids up to 4 hours before your test.** You can take a small sip of water to take blood pressure, heart, seizure, or pain medicine **within 2 hours of your test.** Your test will be delayed or cancelled if you drink anything other than a sip of water with medicines.
4. Please leave all valuables and jewelry including piercings at home.
5. Female patients should come prepared to give a urine sample in case a pregnancy test is needed.
6. Bring these with you to your test:
 - A list of all medicines, including prescription and over the counter medicines and any vitamin or herbal products you are taking
 - A list of your allergies
 - List of medical conditions and previous surgeries

من 6:00 مساءً وحتى الليل

- ابدأ بتناول نصف مزيج المستحضر الدوائي. اشرب كوب واحد أو 8 أوقيات من المزيج كل 10 إلى 15 دقيقة حتى تنتهي من تناول نصف المزيج. سوف تحتاج إلى تناول النصف الآخر من المزيج في الصباح، قبل 6 ساعات من إجراء الاختبار.
- تابع شرب السوائل الشفافة الأخرى فقط طوال الليلة.

صباح يوم الاختبار

1. قبل ست (6) ساعات من الموعد المحدد لإجراء الاختبار، اشرب باقي مزيج المستحضر الدوائي كما سبق. قد تحتاج إلى ضبط المنبه للاستيقاظ وإنهاء المستحضر الدوائي.
2. اشرب كوبين من السوائل الشفافة كل كوب 8 أوقيات حتى تنتهي من تناول المستحضر الدوائي.
3. يمكنك تناول السوائل الشفافة حتى أربع ساعات قبل اختبارك. يمكنك تناول رشفة صغيرة من الماء لتناول أقراص الضغط، أو القلب، أو النوبات، أو المسكنات في غضون ساعتين من إجراء الاختبار. سوف يتم تأجيل الاختبار أو إلغائه إذا تناولت أي شيء آخر بخلاف رشفة من الماء مع الأدوية.
4. يرجى ترك كافة المتعلقات الثمينة والمجوهرات بما في ذلك الحلقات في المنزل.
5. يجب أن يستعد المرضى من النساء لإعطاء عينة من البول منهن في حالة الحاجة إلى إجراء اختبار حمل.
6. يرجى إحضار ما يلي معك عند إجراء الاختبار:
 - قائمة بكافة الأدوية، بما في ذلك الوصفات الطبية والأدوية التي تتناولها من دون وصفة طبية وأي من الفيتامينات أو المنتجات العشبية التي تتناولها
 - قائمة بأنواع الحساسية التي تعاني منها
 - قائمة بالحالات الطبية والعمليات الجراحية التي أجريتها

- ❑ A copy of advanced directive, such as a living will or power of attorney
- ❑ Your photo identification, insurance card and co-payment, if needed

Plan to arrive at the arrival time on your letter, so the staff can get you ready.
Expect to be here 2 to 4 hours for your test and recovery time.

If you are vomiting up your prep medicine, have not had any bowel movements, or your bowels are not clear, please call 614-293-6255.

- ❑ نسخة من الإرشادات المتقدمة، مثل الوصية التي تضعها في حياتك أو التوكيل الرسمي
- ❑ البطاقة التعريفية المزودة بصورة، وبطاقة التأمين وبطاقة المشاركة في السداد إذا لزم الأمر

خطط للوصول في زمن الوصول المحدد في خطابك، بحيث يقوم العاملون بإعدادك لإجراء الاختبار. توقع أن تقضي معنا ما بين ساعتين إلى أربع ساعات لإجراء الاختبار وللإفاقة.

في حالة تقيؤ المستحضر الدوائي، أو عدم وجود أي حركة في الأمعاء، أو إن لم يتحول الإخراج إلى سائل شفاف، يرجى الاتصال على الرقم 614-293-6255.

2 Day Bowel Prep with Miralax and Dulcolax. Arabic.

Talk to your doctor or health care team if you have any questions about your care.

For more health information, contact the Library for Health Information at **614-293-3707** or e-mail **health-info@osu.edu**.

© September 14, 2017, The Ohio State University Wexner Medical Center.