

मिराल्याक्स र डुल्कोल्याक्स सहित 2 दिनको बोवेल तयारी

2 Day Bowel Prep with Miralax and Dulcolax



THE OHIO STATE UNIVERSITY
WEXNER MEDICAL CENTER

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.

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.

आफ्नो परीक्षण वा प्रक्रियाको तयारीको लागि, तपाईंले आफ्नो बोवेल वा ठूलो आन्द्रा सफा गर्न आवश्यक पर्दछ। तपाईंलाई दिइएको सबै जानकारी सक्दो छिटो समीक्षा गर्नुहोस्, त्यसैले, तपाईं तयारी हनुभएको छ र परीक्षणको समयमा तथा परीक्षणपछि के अपेक्षा गरिन्छ भन्ने थाहा हुन्छ। तपाईंलाई आफ्नो आहार र औषधिहरूमा परिवर्तनहरू गर्न आवश्यक पर्न सक्नेछ। तपाईंले परीक्षणको 5 दिन अगाडि आफ्नो आहार समायोजन गर्न आवश्यक पर्नेछ र परीक्षणको 2 दिन अघि बोवेल तयारी 6:00 PM मा सुरु गर्नुपर्नेछ।

तपाईंले परीक्षणको बेला आफूसँग कुनै वयस्क व्यक्ति ल्याउनुपर्छ

तपाईंलाई परीक्षण अवधिमा आराममा मद्दत गर्नको लागि औषधि दिइनेछ जसले दिनमा आफ्नो मूल्याङ्कन र प्रतिबिम्बमा प्रभाव पार्नेछ। आफ्नो सुरक्षाको लागि, तपाईंलाई परीक्षण पछि झड्भ गरी घरमा पुर्याउन जिम्मेवार वयस्कको आवश्यक पर्नेछ। परीक्षणको बेला तपाईंसँग तपाईंको चालकआएको हुनुपर्छ। तपाईंसँग तपाईंको चालक आउनुभएन भने, तपाईंको परीक्षण सुरु गर्नुअघिहामी तपाईंको चालकसँग कुरा गर्न आवश्यक पर्नसक्छ। हामीले तपाईंको चालकसँग कुराकानी गर्न सकेनौं भने तपाईंको परीक्षण ढिलाइ हुन वा रद्द हुन सक्नेछ।

- परीक्षण अवधिमा चालकले सुविधास्थल छोडेर बाहिर जानुपरेमा चालकले आफूलाई सम्पर्क गर्न सकिने फोन नम्बर कर्मचारीलाई दिएर जानुपर्छ। तपाईंको चालक इन्डोस्कोपी युनिटको 30 मिनेटको दुरीमा हुन आवश्यक पर्दछ।

- 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.**

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

- तपाईं प्रक्रियापछि क्याब, बस वा चिकित्सकीय यातायात सेवा घरबाट घर जानुहुन्छ भने, **आफ्नो सुरक्षाको लागि तपाईंसँग चालक बाहेकको अन्य वयस्क तपाईंसँग हुनु आवश्यक पर्दछ।**
- परीक्षणको 6 घण्टापछिसम्म तपाईंको मद्दतको लागि तपाईंसँग घरमा वयस्क व्यक्तिहुनुपर्छ।

तपाईंलाई आफ्नो औषधिहरूमा परिवर्तनहरू गर्न आवश्यक पर्न सक्नेछ

तपाईंले दुखाइ कम गर्न एस्पिरिन वा NSAIDs, जस्तै आइबुप्रोफेन, नाप्रोक्सेन वा सेलेब्रेक्स सेवन गर्नुहुन्छ भने, तपाईंले परीक्षणअघि यी औषधिहरू सेवन गर्न बन्द गर्न आवश्यक पर्दैन।

तपाईंले मधुमेहको औषधि सेवन गर्नुहुन्छ भने, यस परीक्षणमा औषधिलाई कसरी समायोजन गर्ने भनी तपाईंको मधुमेहको औषधिको आदेश दिनुभएको चिकित्सकलाई सोध्नुहोस्।

तपाईंले तल सूचीबद्ध गरिएका कुनै पनि रगत पातलो बनाउने औषधिहरू सेवन गर्नुहुन्छ भने:

- यस परीक्षणअघि औषधी सेवन बन्द गर्न सुरक्षित हुन्छ वा हुँदैन भनी तपाईंको औषधिको आदेश दिनुभएको चिकित्सकलाई सोध्नुहोस्। तपाईंलाई स्टेन्ट वा केही अन्य स्वास्थ्य समस्याहरू छन् भने, यी औषधिहरू सेवन गर्न बन्द नगर्नुहोस्।
- परीक्षणअघि तपाईंको चिकित्सकले औषधिहरू सेवन बन्द नगर्न अनुरोध गर्नुहुन्छ भने, कृपया 614-293-6255 मा कल गर्नुहोस् र नर्ससँग कुराकानी गर्न सोध्नुहोस्।
- तपाईंले तल सूचीबद्ध गरिएका औषधिहरू सेवन बन्द गर्न तपाईंको चिकित्सक सहमत हुनुहुन्छ भने, सूचीबद्ध गरिएका दिनदेखि वा तपाईंको चिकित्सकको सुझाव अनुसार औषधिहरू सेवन गर्न बन्द गर्नुहोस्:
 - ब्रिलिन्टा (टिकाग्रेटर) - 5 दिन
 - कौमाडिन (वारफ्यारिन) - 5 दिन
 - एफ्फाइन्ट (प्रसुग्रेल) - 7 दिन
 - एलिकुइस् (एपिक्साबन) - 2 दिन
 - लभेनक्स (इनोक्सापारिन) - 1 दिन
 - प्लाविक्स (क्लोपिडोग्रेल) - 5 दिन
 - प्लेटल (सिलोस्टाजोल) - 5 दिन

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

- ❑ प्रडक्सा (डाबिगाट्रन) - 2 दिन
- ❑ सभेसा (इडोक्साबन) - 2 दिन
- ❑ छरेलटो (रिभारोक्साबन) - 1 दिन

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

तपाईंको परीक्षणअघिको हप्ता

तपाईंले 2 वटा भिन्न औषधिहरू फार्मसीबाट खरिद गर्न आवश्यक पर्नेछ। तिनीहरू “लाक्साटिभ” सेक्सनमा फेला पार्न सकिन्छ। भण्डार ब्राण्डहरूलाई प्रायः कम लागत लाग्छ। **तपाईंलाई निर्देशित औषधि आवश्यक छैन।** तपाईंलाई आवश्यक वस्तु फेला पार्न फार्मसिस्टलाई अनुरोध गर्नुहोस्।

- ❑ **मिराल्याक्स** (पोलिइथिन ग्लाइकोल 3350) - A **ठूलो बोटल (8.3 आउन्स वा 238 ग्राम)** र **सानो बोटल (4.1 आउन्स वा 119 ग्राम)**
- ❑ **4 डुल्कोल्याक्स ट्याब्लेटहरू (बिसाकोडिल UPS 5 एमजी)** - 10 ट्याब्लेट वा सोभन्दा बढी ट्याब्लेटका बाकसहरूमा बिक्री गरियो

गेटोरेड, पावरेड वा रातो नभएका अन्य स्पोर्ट्स पेय पदार्थकोव एउटा ठूलो 64-आउन्स र एउटा 32 आउन्सको बोटल पनि खरिद गर्नुहोस्। तपाईंलाई मधुमेह छ भने क्रिस्टल लाइट वा सुगर -फ्री स्पोर्ट्स पेय पदार्थहरू प्रयोग गर्नुहोस्। यी तरल पदार्थहरू तपाईंको परीक्षणको अगाडि तपाईंको मिराल्याक्ससंग मिश्रित गर्न प्रयोग गरिनेछन्।

आफ्नो परीक्षणको दिनको अगाडिको **अवधिमा** तपाईंले सूचीबाट सफा तरल पदार्थ पिउन आवश्यक पर्नेछ।

आफ्नो परीक्षणको 5 दिनअघि

- नट, बिउ, पपकन, मकै वा हरियो पात भएका तरकारीहरू नखानुहोस्।
- आइरन ट्याब्लेट वा आइरनभएका भिटामिनहरू सेवन गर्न बन्द गर्नुहोस्।
- मेटामुसिल, सिट्रिसेल वा फाइबरल जस्ता फाइबरका परिपूरकहरू प्रयोग गर्न बन्द गर्नुहोस्।

तयारीको बारेमा

यसको तयारीको लागि, बोवेलका सबै ठोस पदार्थ सफा गर्न तपाईंले मिश्रण औषधि पिउनुहुनेछ र केही पिल्स लिनुहुनेछ। तपाईंलाई निरन्तर बाथरूम जान आवश्यक पर्नेछ र तपाईंको पातलो दिसा लाग्नेछ। तयारीले तपाईंलाई एंठन हुने वा पैताला सुन्निने बनाउन सक्छ।

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.

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

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.

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.
- Most people find it easier to drink the prep medicine if the mixture is cold.

तपाईंलाई दिसा बिनाको फिका पहेंलो तरल पदार्थ आयो भने तपाईंका बोवेलहरू सफा हुन्छन्।

तयारी औषधीको स्वाद मिठो नहुनसक्छ। तपाईंले सबै पिउनुपर्छ, जसकारण परीक्षणको लागि तपाईंको बोवेल सफा हुन्छ। तपाईंको बोवेल सफा भएको छैन भने, तपाईंले परीक्षण पुनः तालिकाबनाउन वा अर्को तयारी बनाउनुपर्ने हुनसक्छ।

तयारीको लागि सफा तरल पदार्थहरू

यी सफा तरल पदार्थहरूलाई अनुमति दिइएको छ, तर सबै रातो रङका तरल पदार्थहरूलाई हटाउनुहोस्:

- पानी
- स्याउ, सेतो ब्रयानबेरी वा सेतो अंगुर जस्ता देख्न सकिने फलफूलका जुसहरू
- पपसिकल्स वा आइस चिप्स
- अदुवा एल वा लेमन-लाइम सोडा
- गेटोरेड, अन्य स्पोर्ट्स पेय पदार्थ वा मिश्रण पेय पदार्थहरू जस्तै कुल-एड
- क्लियर ब्रोथ वा बाउइल्लन
- जेल-ओ
- दूध वा क्रिम नहालेको कफी वा चिया

आफ्नो परीक्षणको 2 दिनअघि

तपाईंको परीक्षण भएको 2 दिनपछिसम्म कुनै पनि ठोस खाना वा दूधजन्य उत्पादनहरू खाने वा पिउने नगर्नुहोस्।। सफा तरल पदार्थहरू मात्र पिउनुहोस्।

बिहान

- बिहान सुरुमा सफा तरल पदार्थहरू मात्र पिउनुहोस्।
- दिनमा अन्य सफा तरल पदार्थहरूका साथसाथै कम्तीमा चार गिलास (8-आउन्स) पानी पिउनुहोस्।
- धेरैजसो मानिसहरूले मिश्रण चिसो छ भने तयारी औषधी पिउन सहज ठान्दछन्।

- 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.

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.**

1 day before your test

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

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.

- **मिराल्याक्स पाउडरको सानो बोतललाई स्पोर्ट्स पेय पदार्थको 32 आउन्सको बोतलसँग मिश्रित गर्नुहोस्**, जसकारण मिश्रण रिफ्रिजेरेटरमा चिसो रहन सक्छ।
 1. स्पोर्ट्स पेय पदार्थको बोतलमा मिराल्याक्सको लागि कोठा बनाउनका लागि, पहिले एक कप स्पोर्ट्स पेय पदार्थ खन्याउनुहोस् र त्यसलाई पिउनुहोस्।
 2. मिराल्याक्स पाउडरलाई स्पोर्ट्स पेय पदार्थको बोतलमा खन्याउनुहोस्। बोतलमा क्याप लगाउनुहोस् र पाउडरलाई घोल्नका लागि यसलाई हल्लाउनुहोस्।
 3. मिश्रणलाई फ्रिजमा राख्नुहोस्।

6:00 PM देखि साँझभर

- तयारी मिश्रण औषधि पिउन सुरु गर्नुहोस्। तपाईंले पूरा मिश्रण नसक्दासम्म हरेक 10 देखि 15 मिनेटमा 8-आउन्स कप मिश्रण पिउनुहोस्। थोरै सिरिप-सिरिप गरी पिउनुभन्दा छिटो छिटो पिउनु अझ राम्रो हुन्छ।
- साँझभर अन्य सफा तरल पदार्थहरू पिउन जारी राख्नुहोस्।

आफ्नो परीक्षणको 1 दिन अघि

आज कुनै पनि ठोस खानेकुरा वा दूधजन्य उत्पादनहरू नखानुहोस् वा नपिउनुहोस्। सफा तरल पदार्थहरू मात्र पिउनुहोस्।

3:00 बजे

- सफा तरल पदार्थ सहित 4 वटा डुल्कोल्याक्स ट्याब्लेटहरू सेवन गर्नुहोस्।
- तपाईंले पहिले गरे जस्तै मिराल्याक्स पाउडरको ठूलो बोतललाई स्पोर्ट्स पेय पदार्थको 64 आउन्सको बोतलसँग मिश्रित गर्नुहोस्।
- मिश्रणलाई चिसो बनाउन फ्रिजमा राख्नुहोस्।

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

6:00 PM देखि साँझभर

- **आधा** तयारी मिश्रण औषधि पिउन सुरु गर्नुहोस्। तपाईंले **आधा मिश्रण नसक्दासम्म हरेक 10 देखि 15 मिनेटमा 8-आउन्स कप मिश्रण पिउनुहोस्।** तपाईंले मिश्रणको अर्को आधा भाग बिहान परीक्षणभन्दा 6 घण्टा अगावै पिउनुपर्नेछ।
- **साँझभर अन्य सफा तरल पदार्थहरू पिउन जारी राख्नुहोस्।**

आफ्नो परीक्षणको दिन बिहान

1. तपाईंको परीक्षण सूचिबद्ध गरिएको छ (6) घण्टा अगाडि, बाँकी रहेको तयारी औषधिको मिश्रण पहिले जस्तैगरी पिउनुहोस्। तपाईंले आफ्नो तयारी औषधि समाप्त गर्नेलाई उठ्न अलार्म सेट गर्न आवश्यक पर्नसक्छ।
2. तपाईंले आफ्नो तयारी औषधि समाप्त गर्नुभएपछि 2 कप, 8-आउन्स सफा तरल पदार्थहरू पिउनुहोस्।
3. तपाईंले आफ्नो परीक्षणअघि 4 घण्टासम्म सफा तरल पदार्थ पिउन सक्नुहुन्छ। तपाईंले आफ्नो परीक्षणको 2 घण्टाभित्रमा रक्त चाप, मुटु, सिजर वा दुखाइ कम गर्ने औषधि सेवन गर्ने **केही घुटकी पानी खान सक्नुहुन्छ।** तपाईंले औषधिहरूसँग केही घुटको पानी भन्दा अरु केही पिउनु भयो भने तपाईंको परीक्षण ढिलाइ हुन वा रद्द हुन सक्नेछ।
4. कृपया, सबै मूल्यवान वस्तु तथा गरगहनालाई घरमै छोड्नुहोस्।
5. महिला बिरामीहरूलाई गर्भावस्था जाँच गर्न आवश्यक हुनसक्ने हुँदा पिसाबको नमूना दिन तयारी गरेर आउनुपर्छ।
6. आफ्नो परीक्षणको समयमा निम्न कुराहरू आफूसँग लिएर आउनुहोस्:
 - तपाईंले सेवन गर्ने कुनै पनि निर्देशित औषधि, पसलमा सजिलै किन्न सकिने औषधि र अन्य कुनै भिटामिन वा हर्बल उत्पादनहरू सहितका सबै औषधिहरूको सूची
 - आफ्नो एलर्जीहरूको सूची
 - चिकित्सकीय अवस्था र अघिल्ला शल्यक्रियाहरूको सूची

- ❑ 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.

- ❑ लिभिड विल वा कानूनी न्यायाधिवक्ता जस्ता उन्नत निर्देशनको प्रतिलिपि
- ❑ आवश्यक अनुसार आफ्नो पहिचान कार्ड, बिमा कार्ड र भुक्तानी कार्ड

आफ्नो पत्रमा भएको आगमन समयमा आइपुग्ने योजना बनाउनुहोस्, जसकारण कर्मचारीले तपाईंलाई तयार पार्न सक्नुहुन्छ। आफ्नो परीक्षणको 2 देखि 4 घण्टा र रिकभरी समयसम्म यहाँ रहनुपर्छ भन्ने अपेक्षा गर्नुहोस्।

तपाईंले तयारी औषधि बान्ता गर्नुहुन्छ, दिसा लागेको छैन वा तपाईंको दिसा खुलेको छैन भने, कृपया 614-293-6255 मा फोन गर्नुहोस्।

2 Day Bowel Prep with Miralax and Dulcolax. Nepali.

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.