

GUIDE PATIENT

Bien préparer sa coloscopie

La coloscopie ne détecte que ce qu'elle voit : un côlon parfaitement propre permet de repérer et de retirer le moindre polype. Ce guide complète le protocole de préparation remis par le secrétariat ; en cas de différence, **suivez toujours le protocole qui vous a été remis**.

Le calendrier

7 JOURS AVANT	3 JOURS AVANT	LA VEILLE	LE JOUR DE L'EXAMEN
Arrêter le fer (comprimés, sirops), sauf avis contraire. Signaler tout traitement anticoagulant ou antiagrégant : ne jamais l'arrêter sans avis médical.	Commencer le régime sans résidus (tableau ci-dessous). Boire au moins 1,5 litre d'eau par jour.	Repas léger sans résidus, puis liquides clairs uniquement selon l'heure indiquée dans votre protocole. Le soir : 1^{re} prise de la solution de préparation.	2^e prise le matin, à terminer au plus tard 2 heures avant l'examen, puis plus rien à boire. Venir accompagné : pas de conduite pendant 24 heures.

Le régime sans résidus (3 jours avant)

✓ AUTORISÉ	✗ INTERDIT
Viandes maigres , jambon blanc, volaille, poisson, œufs	Tous les fruits et légumes , crus ou cuits, salades, crudités, soupes de légumes
Féculents blancs : riz blanc, pâtes blanches, semoule fine, pommes de terre sans peau	Légumes secs : lentilles, haricots, pois chiches
Pain blanc , biscottes, biscuits secs simples	Céréales complètes , pain complet ou aux céréales, riz complet, muesli
Fromages à pâte cuite (gruyère, comté, emmental), beurre, huile	Graines, pépins, fruits secs , noix, amandes
Sucre, miel, gelée sans morceaux	Lait, laitages et fromages à pâte molle
Eau, thé, café, tisanes, bouillon filtré, jus de fruits sans pulpe	Viandes en sauce, charcuterie grasse, plats épicés

Le matin de l'examen : vérifiez vos selles

 Foncées, avec des morceaux Préparation insuffisante : appelez le secrétariat.	 Liquides mais troubles Pas encore prêt : terminez bien la solution et continuez à boire des liquides clairs.	 Clares, jaune pâle Comme de l'eau ou un thé léger, sans morceaux : préparation réussie.
--	--	--

Conseils pour réussir

- Boire la solution bien fraîche, éventuellement à la paille, par petits verres réguliers. - Entre 2 verres, sucer un bonbon à la menthe ou boire un liquide clair autorisé. - Marcher un peu entre les prises facilite l'effet de la préparation. - Prévoir de rester près des toilettes ; une crème protectrice évite les irritations.	Appelez le secrétariat (05 63 72 80 96) ou, en urgence, le 06 95 97 79 27 : - si vous vomissez et ne pouvez pas terminer la préparation ; - si vos selles ne sont pas claires le matin de l'examen ; - en cas de douleur abdominale importante, de malaise ou de vertiges.
---	--