



KOLONOSKOPIA-DIABETIKOEN PRESTAKETA (MOVIPREP®)

**PROBA BAINO 3 EGUN LEHENAGO HASI BEHARREKO DIETA:
LERRO BAKOITZEKO ELIKAGAI BAT AUKERATU BEHAR DUZU, BAT BERA ERE EZ
INTEGRALA**

GOSARIA (HAUTATU AUKERETAKO BAT)

- 40 g OGI ZURI **EDO** 30 g OGI TXIGORTU, biskote motakoa **EDO** 5 GALLETA, Maria motako arruntak **EDO** ZUNTZIK GABEKO 30 g ZEREAL.
- URDAIAZPIKO EGOSI estra **EDO** INDIOILARRA, urdaiazpikoa edo paparra **EDO** GAZTA FRESKOA.
- 200 cc-ko EDALONTZI 1 **ESNE GAINGABETU** **EDO** 2 JOGURT GAINGABETU. Kafea, tea edo bestelako INFUSIOAK nahi beste har ditzakezu.

HAMAIKETAKOA

- 200 cc-ko EDALONTZI 1 ESNE GAINGABETU **EDO** JOGURT GAINGABETU 1 Kafea, tea edo beste infusio batzuk har ditzakezu (azukrerik gabe).

BAZKARIA

- 80 g ARROZ zuri egosi (gordinik pisatuta) **EDO** 80 g PASTA zuri, espageti, luma (gordinik pisatuta) **EDO** 350 g PATATA egosi (gordinik pisatuta).
- 150 G OILASKO PLANTXAN **EDO** 150 G UNTXI PLANTXAN **EDO** 100 G TXAHAL HARAGI **EDO** 150 G ARRAIN ZURI **EDO** 2 ARRAUTZA EGOSITA **EDO** TORTILLAN.
- GAZTA FRESKOA **EDO** JOGURT NATURAL GAINGABETU 1.

ASKARIA

- 40 g OGI ZURI **EDO** 30 g OGI TXIGORTU, biskote motakoa **EDO** 5 GALLETA, Maria motako arruntak **EDO** ZUNTZIK GABEKO 30 G ZEREAL
- URDAIAZPIKO EGOSI estra **EDO** INDIOILARRA, urdaiazpikoa edo paparra **EDO** GAZTA FRESKOA.
- Kafea, tea edo bestelako INFUSIOAK nahi beste har ditzakezu.

AFARIA

- 80 g ARROZ zuri egosi (gordinik pisatuta) **EDO** 80 g PASTA zuri, espageti, luma (gordinik pisatuta) **EDO** 350 g PATATA egosi (gordinik pisatuta).
- 150 G OILASKO PLANTXAN **EDO** 150 G UNTXI PLANTXAN **EDO** 100 G TXAHAL HARAGI **EDO** 150 G ARRAIN ZURI **EDO** 2 ARRAUTZA EGOSITA **EDO** TORTILLAN.
- GAZTA FRESKOA **EDO** JOGURT NATURAL GAINGABETU 1

AFALOSTEAN EDO LOTARA JOAN AURRETIK: 200 cc-ko EDALONTZI 1 ESNE GAINGABETU **EDO** 2 JOGURT GAINGABETU. Kafea, tea edo bestelako INFUSIOAK nahi beste har ditzakezu.

****Elikagaiak nola prestatu: PLANTXAN, LURRUNETAN, LABEAN EDO EGOSITA.** Arrautzak tortillan, egosita edo eskalfatuta. Ez duzu lapikokorik ez arrautza-irinetan pasatutako elikagairik jango.



DIABETIKOEK MOVIPREP® NOLA HARTU BEHAR DUTEN KOLONOSKOPIA GOIZEAN EGIN BEHAR BADUTE (15:00AK BAINO LEHEN)

PRESTAKINA HARTZEN HASIKO DA aurreko eguneko iluntzeko 20:00etan eta ezin izango du AFALDU. 2.zorrotxoa hartuko du jarraian adieraziko den moduan.

- Probaren aurreko eguneko 20:00etan, nahastu A zorrotxo bateko eta B zorrotxo bateko edukia litro bat uretan, eragin hautsa disolbatuta egon arte, eta edan 1-2 orduko epean.

Ondoren, edan 250 ml ur 15 g azukrerekin EDO 250 ml edari isotoniko Aquarius laranja edo limoi motakoa (ez edan light edo zero motakorik, glukosa edo azukre kantitate minimoa hartu nahi baitugu hipogluzemia ekiditeko).

Jarraian, edan gutxienez 0,5 litro ur edo BAIMENDUTAKO LIKIDO ARGIAK (URA, AZUKREDUN INFUSIOAK ETA KOLORE GABEKO EDARI ISOTONIKOAK). EZIN DEZAKEZU EDAN EDARI ALKOHOLDUNIK, ZUKURIK EDO ESNEA DUEN EDARIRIK.

- Proba baino 4 ordu lehenago, nahastu beste bi zorro, A eta B, litro bat uretan, eragin hautsa erabat disolbatu arte eta edan 1-2 orduko epean. Ondoren, edan 250 ml ur 15 g azukrerekin EDO 250 ml edari isotoniko Aquarius laranja edo limoi motakoa (ez edan light edo zero motakorik, glukosa edo azukre kantitate minimoa hartu nahi baitugu hipogluzemia ekiditeko).

Jarraian, edan gutxienez 0,5 litro ur edo BAIMENDUTAKO LIKIDO ARGIAK (URA, AZUKREDUN INFUSIOAK ETA KOLORE GABEKO EDARI ISOTONIKOAK). EZIN DEZAKEZU EDAN EDARI ALKOHOLDUNIK, ZUKURIK EDO ESNEA DUEN EDARIRIK.

- Miaketa aurreko 2 orduetan: Ezingo duzu elikagai solidorik ez likidorik hartu (ezta urik ere).

AHO BIDEZKO ANTIDIABETIKOEKIN TRATAMENDUA JASOTZEN ARI DIREN DIABETIKO INTSULINA MENDEKOEK MOVIPREP® NOLA HARTU BEHAR DUTEN KOLONOSKOPIA ARRATSALDEZ EGIN BEHAR BADUTE (HITZORDUA 15:00AK ETA GERO).

Kolonoskopia egin aurreko egunean AFALDU AHAL izango du. 1go prestakinaren zorrotxoa proba egun bereko goizeko 7:00etan hartuko du, eta 2. Berriz, jarraian adieraziko den moduan.

- Probaren eguneko 07:00etan, nahastu A zorrotxo bateko eta B zorrotxo bateko edukia litro bat uretan, eragin hautsa disolbatuta egon arte, eta edan 1-2 orduko epean. Ondoren, edan 250 ml ur 15 g azukrerekin EDO 250 ml edari isotoniko Aquarius laranja edo limoi motakoa (ez edan light edo zero motakorik, glukosa edo azukre kantitate minimoa hartu nahi baitugu hipogluzemia ekiditeko).



Jarraian, edan gutxienez 0,5 litro ur edo BAIMENDUTAKO LIKIDO ARGIAK (URA, AZUKREDUN INFUSIOAK ETA KOLORE GABEKO EDARI ISOTONIKOAK). EZIN DEZAKEZU EDAN EDARI ALKOHOLDUNIK, ZUKURIK EDO ESNEA DUEN EDARIRIK.

- Proba baino **4 ordu** lehenago, nahastu beste bi zorro, A eta B, litro bat uretan, eragin hautsa erabat disolbatu arte eta edan 1-2 orduko epean. Ondoren, edan 250 ml ur 15 g azukrerekin EDO 250 ml edari isotoniko Aquarius laranja edo limoi motakoa (ez edan light edo zero motakorik, glukosa edo azukre kantitate minimoa hartu nahi baitugu hipogluzemia ekiditeko).

Jarraian, edan gutxienez 0,5 litro ur edo BAIMENDUTAKO LIKIDO ARGIAK (URA, AZUKREDUN INFUSIOAK ETA KOLORE GABEKO EDARI ISOTONIKOAK). EZIN DEZAKEZU EDAN EDARI ALKOHOLDUNIK, ZUKURIK EDO ESNEA DUEN EDARIRIK.

- Miaketa aurreko **2 orduetan**: Ezingo duzu elikagai solidorik ez likidorik hartu (ezta urik ere).