



## PATIENT EDUCATION

# Tilmaamaha Nadiifinta Caloosha Dulcolax/Golytely

Waa muhim in aad raacdo tilaamamaha u diyaargaroowga baaritaanka. Mindhicradaadu waa in ay marnaadaan, si dhakhtarku u arki karo xilliga baaritaanka. Bukaanka qaarkood waxaay dareemaan in diyaarfaroowga ay tahay qeybta ugu adag ee baaritaankan.

### U diyaar garoowga baaritaanka

- Maalinta ka horeysa baaritaanka, waxaa lagaa doonayaa in aad biloowdo diyaarinta midhiciradaada.
- Ha cunin cunto adag maalinta ka horeysa baaritaanka.
- Waxa aad isticmaaleysaa Golytely si aad calooshaada u diyaariso oo aad u nadiifiso mindhicirkaaga.
- Fadlan raac tilmaamahan dhamaantood si taxadar leh. Haddii aadan si wanaagsan u raacin tilmaamaha, waxaa suurogal ah in balantaada dib loo dhigo.

### Waxyaabaha aad iibsaneyso

- Si aad isugu diyaariso baaritaanka, waxaa lagaa doonayaa in aad iibsato waxyaabaha halkan ku xusan oo lagu nadiifiyo caloosha.
- **Daawada in lagu qoro loo baahan yahay:**
  - La xiriir farmashiyaha aad daawada ka qaadato si ay kuugu diyaariyaan Golytely.
- **Looma baahna daawo dhakhtar kuu qoro**
  - Afar (4) oo xabo oo kiniinka Bisacodyl/Dulcolax (5mg). Waa in uu noqdaa kiniinka afka laga qaato.
  - Bac yaryar oo Crystal Light ah yaa kaa caawin kara in aad wanaajiso dhadhanka (aan aheyn casaan ama hurdi). (Waajib kuguma ah)

### Macluumaadka Daawada

Waxaa laga yaabaa in lagaa doonayo in aad joojiso qaar ka mid ah daawooyinka aad qaadato ama aad wax ka bedesho baaritaanka ka hor.

- **Dhiig Khafiifiyayaasha**
  - Sida (warfarin), Ticlid (ticlopidine hydrochloride), Agrylin (anagrelide), Xarelto (Rivaroxaban), Pradaxa (Dabigatran), Pletal (Cilostazol), Brillinta (Ticagrelor), Eliquis (Apixaban), Effient (Prasugrel), and Plavix (Clopidogrel).
  - Waa in aad latashataa dhakhtarka daawada kuu qoray ama qof ku takhasusay ugu yaraan 2 todobaad ka hor xilliga balanta. Ha joojin qaadashada daawada adiga oo aan ogolaasho ka helin dhakhtarkaaga.
- **Daawada Insuliinta iyo Macaanka (Sokoroowga)**
  - Fadlan la xiriir dhakhtarkaaga la socda heerka sokortaada. Waxaa laga yaabaa in loo baahdo in wax laga bedelo taasoo ku xiran cuntada aad cunto ee loo baahan yahay nadiifinta caloosha. Ha joojin qaadashada daawada adiga oo aan ogolaasho ka helin dhakhtarkaaga.
- **Asbiriin**

- Waxaa laga yaabaa in aad qaadan karto Aasbiriinka sida dhakhtarku kuugu qoray adiga oo biyo ku kabanaya.

### **Shan (5) maalmood ka hor baaritaanka**

- Ha qaadan daawooyinka caloosha socota (shubanka) joojiya.
  - Tusaale ahaan: Imodium ama Pepto-Bismol.
- Ha qaadan daawooyinka caloosha jilciya ama fitamiinada dheeraadka ah.
  - Tusaale ahaan: Metamucil ama Citrucel.
- Ha qaadan daawooyinka laga helo fitamiinada ama daawada lagu bedesho.
  - Tusaale: Fitamiinada kala duwan (Multi-vitamins).

### **Sadex (3) maalmood ka hor baaritaanka**

- Ku bilow cunto fudud oo ay ku yar yihiin waxyaaba caloosha jilciya. Cuntada ay ku yar tahay waxyaabaha caloosha jilciya waxa ay caawisaa in ay si wanaagsan u nadiifiso caloosha.
- Cuntada caloosha jilcisa waxaa ka mid ah:
  - Rootiga cad, bariiska cad, baastada, buskudka, kaluunka, digaaga, ukunta, hilib shiidan, lawska shiidan, khudaar la kariyey, faakiho gasacadeysan, mooska, batiikh, caanaha, garoorka, farmaajada, waxyaabaha la mariyo ansalaatada iyo carfiyayaasha cuntada.
- Ha cunin cunto ay ku badan tahay waxyaabaha caloosha jilciya sida:
  - Daangada, miraha (noocyada kala duwan ee miraha la qariido sida gabal dayaha), rootiga ama baastada ka sameysan qamadiga, miraha la qalajiyey, ansalaatada, khudaarta ceyriin, faakhada cusub ama la qalajiyey. Xadid tirada aad hilibka ka cunto.

### **Laba (2) maalmood ka hor baaritaanka**

- Cabitaanka biyaha badso.
- Ku bilow cunto fudud oo ku yar yihiin waxyaabaha caloosha jilciya.

## **Imaatinka Isbitaalka ee Subaxa hore**

(6:30 aroornimo ilaa 11:45 aroornimo)

### **Hal (1) maalin ka hor baaritaanka**

- Bilow cabitaanka biyo cad.
- Cab biyo cad oo kaliya maalinta oo dhan ka hor inta aan la gaarin baaritaanka.
- Biyaha cad waxaa ka mid ah:
  - Biyo, qaxwe madoow, ama shaah (aan caano ama boolbire laheyn), maraq cad ama baroodo cad, Gatorade, biyo ubriya kuwa aan ubrin (Coke, Sprite), cabitaan casiir aan miro laheyn (tufaax, cinabka cad, karambari cad), Jell-O, ama jalaato baraf. **Xusuusnoow, ha cabin cabitaan casaan ama midabka hurdiga ah.**
- Ha cunin wax cunto ah oo adag.
- 9 aroornimo qaado afarta xabo ee kiniiniga Bisacodyl/Dulcolax. Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad qaadato kiniiniga. Ku dar Golytely weelka oo dhan oo si wanaagsan u rux. Talaajadda geli Golytely.
- Haddii aad jeceshahay in aad cabitaanka nadiifinta caloosha aadan qaboojin, ka soo saar talaajadda 1da duhurnimo.
- Waxa aad ku dari kartaa baakad crystall light ah galaas kasta si aad u wanaajiso dhadhanka waxyaabaha aad isku dartay.
- 4ta galabnimo bilow cabitaanka Golytely ee aad isku dartay. Cab koob qaada sideed waqiyadood 15kii daqiiqo ee kasta ilaa aad ka dhameyso labada liitar (kala bar weelka). Waxa ay kugu qaadaneysaa laba ilaa sadex saacadood in aad dhameyso cabitaanka.
- Waa in aad dhameysaa cabitaanka aad Golytely isku dartay oo dhan.

- Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad bilowdo qaadshada daawada. Waxaa kugu dhacaya shuban waxaadna u baahaneysaa in aad si degdeg ah u gaarto suuliga.
- Dadka qaar baa dareema yalaalugo ama lalabo, dibiro, ama matag inta ay cabayaan biyaha caloosha lagu nadiifinayo. Haddii ay sidaas kugu dhacdo, u naso 15-30 daqiiqo, ka dibna isku day in aad cabitaanka sii wado.
- Ka dib marka aad dhameyso cabitaanka, waxa aad cabi kartaa biyo cad oo kaliya.
- Cabitaanka soo haraa e Golytelka ee aad isku dar ku keydi talaajadda.

## Maalinta baaritaanka

- Calooshaada ma sameyneyso wax saxaro ah, laakiin biyo midabka jaalaha ah ayaa kaa soconaya.
- Waxa aad cabi kartaa biyo ugu dambeyn laba saacadood ka hor balantaada dhakhtarka.
- Ka fogoow cabitaanka casaanka ama hurdiga ah, caanaha, casiirka boritiinka ah, cabitaan ay alkolo ku jirto, iyo isticmaalka maandooriyayasha. Istickmaalka tani waxa ay keeni kartaa in laga noqdo baaritaanka.
- Daawada aad subixii cunto waxa aad ku kaban kartaa biyo.
- Xusuusnow, ha cunin wax cunto ah oo adag.
- Waxaa laga yaabaa in aad u baahan tahay in aad siiso waqti ku filan oo aad ku gaarto balantaada maadaama laga yaabo in aad isticmaalka suuliga u baahato oo aad u istaagto.

## □ Imaatinka isbitaalka ee galabnimada

(12:00 galabnimo ilaa 3:45 galabnimo)

### Maalinta ka horeysa maalinta baaritaanka

- Bilow cabitaanka biyo cad.
- Cab biyo cad oo kaliya maalinta oo dhan ka hor inta aan la gaarin baaritaanka.
- Biyaha cad waxaa ka mid ah:
  - Biyo, qaxwe madoow, ama shaah (aan caano ama boolbire laheyn), maraq cad ama baroodo cad, Gatorade, biyo ubriya kuwa aan ubrin (Coke, Sprite), cabitaan casiir aan miro laheyn (tufaax, cinabka cad, karambari cad), Jell-O, ama jalaato baraf. **Xusuusnow, ha cabin cabitaan casaan ama midabka hurdiga ah.**
- Ha cunin wax cunto ah oo adag.
- 9 aroornimo qaado afarta xabo ee kiniiniga Bisacodyl/Dulcolax. Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad qaadato kiniiniga.
- Ku dar Golytely weelka oo dhan oo si wanaagsan u rux. Talaajadda geli Golytely.
- Haddii aad jeceshahay in aad ku cabto iyada oo aan la qaboojin, waxa aad ka soo saari kartaa talaajadda 1daduhurnimo.
- Waxa aad ku dari kartaa baakad crystall light ah galaas kasta si aad u wanaajiso dhadhanka waxyaabaha aad isku dartay.
- 3da galabnimo bilow cabitaanka Golytely ee aad isku dartay. Cab galaas cabitaanka ah 15kii daqiiqaba ilaa aad ka cabto kala bar ama 2000 ml (2 liitar) Waxa ay kugu qaadaneysaa Laba ilaa Sadex saacadood ilaa aad dhameyso cabitaanka oo dhan.
- Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad bilowdo qaadshada daawada. Waxaa kugu dhacaya shuban waxaadna u baahaneysaa in aad si degdeg ah u gaarto suuliga.
- Dadka qaar baa dareema yalaalugo ama lalabo, dibiro, ama matag inta ay cabayaan biyaha caloosha lagu nadiifinayo. Haddii ay sidaas kugu dhacdo, u naso 15-30 daqiiqo, ka dibna isku day in aad cabitaanka sii wado.
- Ka dib marka aad dhameyso cabitaanka, waxa aad cabi kartaa biyo cad oo kaliya.
- Ku celi talaajadda inta ka soo harta Golytelyka.

## Maalinta baaritaankaaga

- **Shan** saacadood kahor baaritaankaaga mindhicirka weyn iyo malawadka, bilow cabitaanka labada litir ee hadhay (nuska ku hadhay weelka) ee daawada isdiyaarinta. Isku day inaad cabto koob sideed wiiqiyadood ah oo ah daawada isdiyaarinta 15kii daqiiqaba mar ilaa ay dhamaanayso diyaarinta calooshu. Waxay qaadan doontaa laba ama saddex saacadood in la dhameeyo cabitaanka.
- Waxaad ku dari kartaa baakidh crystal light ah koob kasta si aad u wanaajiso dhadhanka daawada.

- Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad bilowdo qaadashada daawada isdiyaarinta. Waad shubmi doontaa waxaanad u baahan doontaa inaad si degdeg ah u gaadho suuliga.
- Dadka qaar ayaa dareemi kara yalaalugo, dibiro, ama matagi kara inta ay cabayaan daawada diyaarinta caloosha. Haddii ay tani dhacdo, qaado nasasho 15 daqiiqo ah, kadibna isku day inaad cabto daawada isdiyaarinta.
- Saxaradaadu ma sameysmi doonto waxaanay noqon doontaa dareere bilaa midab ah ama jaale ah.
- Waxaad cabi kartaa dareerayaasha bilaa midabka ah ilaa laba saacadood kahor wakhtiga aad is xaadirinayso.
- Ha cabin dareerayaasha casaanka ama basaliga ah, waxyaabaha caanaha ka sameysan, cabitaanada boratiinka ah, cabitaanada alkoolada ah, tukaabada la calaliyo, iyo daawooyinka sharci darada ah. Adeegsiga waxyaabahani waxay sababi doonaan in baaritaankaaga la baajiyo.
- Waxaad sidoo kale daawooyinkaaga ku qaadan kartaa kabbasho biyo ah.
- Xusuusnow, ha cunin cuntooyinka adag.
- Waxaad u baahan kartaa inaad wakhti dheeraad ah ku darto muddada aad ku tagayso ballantaada maadaama aad u baahan karto inaad joogsato oo isticmaasho musqul inta aad soo socotid.

---

Fariin/Tilmaamo gaar ah: