

Pour mieux comprendre votre problème digestif, votre médecin vous propose de réaliser une coloscopie. Cette brochure est destinée à vous donner des informations et des explications sur l'examen et sur sa préparation.

La coloscopie est un examen au cours duquel l'intérieur du gros intestin (côlon) est examiné. L'examen se réalise à l'aide d'un tuyau flexible appelé endoscope, qui est introduit dans l'anus et qui passe dans le rectum et le côlon jusqu'au début du petit intestin. A l'extrémité de l'endoscope se trouve une petite caméra et une source lumineuse. Ainsi le médecin peut éclairer l'intestin et visualiser son aspect sur l'écran. Pendant l'examen, de l'air sera insufflé pour déplier les parois et améliorer la vision.

Des instruments peuvent être introduits dans l'endoscope pour prélever des échantillons de tissu (biopsies) ou pour enlever des polypes. La polypectomie est le nom de la procédure qui permet d'enlever les polypes. Le médecin enlève les polypes en les entourant d'une anse de métal et en y faisant passer un courant électrique. Les échantillons obtenus sont récupérés et envoyés pour une analyse microscopique. La plupart des polypes sont bénins (non cancéreux). Néanmoins, il est important de les enlever, afin de prévenir un cancer du côlon.

Pour améliorer la tolérance de l'examen, une sédation (anesthésie légère) est souvent proposée.

Pendant l'examen, en salle d'endoscopie, le médecin spécialisé est assisté par un(e) infirmier/ière ayant suivi une formation spécialisée en endoscopie.

En général, la durée de l'examen est d'environ 30 à 45 min.

LES RISQUES / COMPLICATIONS

Bien que les risques liés à la coloscopie sont rares, des complications sont possibles.

> Perforation

Il existe un risque de déchirer ou de percer la paroi du côlon. La perforation nécessite généralement une intervention chirurgicale d'urgence, afin de refermer la brèche.

> Saignements

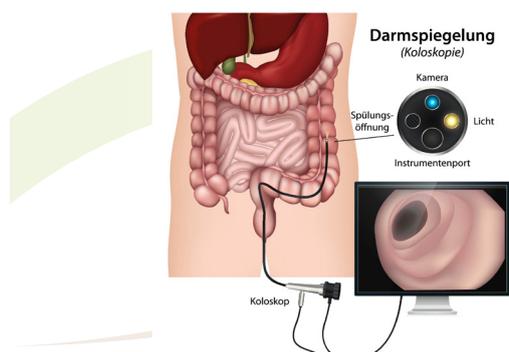
Il peut parfois y avoir un saignement après une biopsie et/ou après l'ablation d'un polype. Ces saignements, même actifs, peuvent être traités à l'aide de plusieurs techniques (injection, pose de clips,...).

> Infections

Elles sont exceptionnelles. Les endoscopes sont nettoyés et désinfectés automatiquement dans des machines à nettoyer/désinfecter en respectant des protocoles précis.

INTESTIN PROPRE

Le but de la coloscopie est de mettre en évidence des lésions (polypes ou tumeurs). Si l'intestin est propre, le médecin peut d'une part glisser le coloscope plus facilement jusqu'au bout du gros intestin et d'autre part il peut évaluer de manière optimale la muqueuse intestinale. Les restes de nourriture dans l'intestin gênent la vision pendant l'examen. Il est donc important et nécessaire d'effectuer soigneusement le lavage de l'intestin pour la qualité de la coloscopie. La réussite de l'examen dépend de la bonne préparation de votre colon.



Seul un intestin propre peut être bien examiné !

PLAN D'ALIMENTATION

Tous les aliments riches en fibres alimentaires sont à éviter pendant les 4 jours (5 jours en cas de constipation chronique) :

- légumes (potages inclus),
- fruits (smoothies et jus de fruits inclus),
- produits à base de céréales complètes,
- légumineuses (lentilles, pois chiches, ...)
- fruits oléagineux (noix, noisettes, avocat, ...)

Évitez également les sauces préparées du commerce ainsi que les plats préparés du commerce. Ceux-ci contiennent souvent des ingrédients à éviter.

> Boissons

- eau plate ou pétillante
- tisanes (infusions), malt, café, thé
- bouillon filtré
- jus de fruits sans pulpe (p.ex. jus de pommes, jus de raisins, jus de citron filtré, pas de smoothies)
- eau avec sirop de citron dilué

> Petit-déjeuner

- biscottes ou cracottes à base de farine blanche ou pain blanc (margarine ou beurre, gelée de fruits ou miel, fromage blanc, fromage frais nature (sans herbes, sans poivre, sans ail, sans oignons, ...), fromage en tranches et fromages à pâte molle (sans herbes, sans poivre, ...))
- yaourt nature sans sucre ou sucré ou yaourt à la gelée de fruits ou au miel ou yaourt aromatisé (sans morceaux de fruits)
- lait, œufs

> Repas chaud

- bouillon filtré avec du tapioca, riz blanc, pâtes blanches, œufs
- source de protéines : viande (bœuf, porc, veau, lapin, volaille, ...), poisson, œufs (omelette, œuf poché, crêpes à base de farine blanche, ...)
- féculents (cuit à l'eau ou au bouillon) : pâtes blanches, riz blanc, semoule de blé, polenta
- sauces : préparez des sauces en ajoutant du liant au bouillon ou au lait. Aromatisez l'eau de cuisson avec des herbes aromatiques (persil, thym, romarin, feuille de laurier, ...) et des épices (muscade, clou de girofle, ...) et des légumes (céleri, poireaux, ...) et retirez les avant consommation.

N'oubliez pas que votre repas ne doit pas contenir des légumes, des pommes de terre et des fruits.

> Collation

Vous pouvez vous inspirer des aliments autorisés pour le petit déjeuner, d'autres alternatives sont :

- pudding vanille
- biscuit : boudoir, meringue, petit beurre, sablé nature
- galette de riz (nature)
- bâtonnets salés ou bretzels salées

> Repas froid

- biscottes à base de farine blanche ou pain blanc
- margarine ou beurre
- viande froide nature sans herbes: filet de dinde, filet de poulet, rôti de veau, roastbeef, rôti de porc, jambon cuit
- fromage : fromage blanc, fromage frais nature (sans herbes, sans poivre, sans ail, sans oignons, ...), fromage en tranches et fromages à pâte molle (sans herbes, sans poivre, ...)
- poisson nature (exemple : thon au naturel, Surimi, ...)
- œufs
- gelée de fruits ou miel

> Alternatives végétariennes ou végétaliennes

- Boisson nature, sucrée ou aromatisé (pas de chocolat) à base de soja, de riz, d'amandes, noix de coco, de noisettes. Évitez la boisson d'avoine qui contient des fibres alimentaires.
- Alternatives végétales au yaourt nature ou sucrée
- Seitan, tofu nature: à éviter le jour avant la coloscopie

1 jour avant l'examen

> Petit-déjeuner

- Pain blanc / biscottes à base de farine blanche / beurre ou margarine miel / gelée de fruits.

> Repas de midi

- Omelette nature / pâtes blanches



Après le déjeuner ne plus rien manger. Suivez les indications de votre médecin concernant la prise du produit prescrit.

Préparations des produits / médicaments

Citrafleet®

> Avant la prise du produit

- Remplissez un verre avec 150 ml d'eau (froide) du robinet et versez le contenu d'un sachet Citrafleet® dans le verre.
- Remuez, jusqu'à ce que la poudre soit complètement dissoute. Lorsque la solution chauffe, attendez qu'elle refroidisse suffisamment.

> Le jour avant l'examen

- 18h00 : buvez le contenu dissout du premier sachet Citrafleet®
- Attendez 30 minutes.
- Ensuite, en petite quantité, buvez 2 l de liquide clair (eau, thé sans lait, boissons isotoniques). Ceci dans les 2 heures qui suivent.

> Le jour de l'examen

- 4 heures avant le rendez-vous à l'hôpital, buvez le contenu dissout du 2ème sachet Citrafleet®.
- Attendez 30 minutes, puis buvez en petite quantité 1,5 - 2 l d'eau plate dans l'heure.
- 2 heures avant le rendez-vous : ne plus rien boire !

Citrafleet®



Moviprep®

> Avant la prise du produit

- Versez tout le contenu du sachet A et du sachet B dans un récipient. Ajoutez ensuite 1 l d'eau ; remuez jusqu'à la dissolution complète de la poudre.
- Répétez cette préparation pour un 2ème litre de Moviprep®.
- Conservez les 2 l au frigo. Le goût est meilleur si la boisson est bue bien fraîche.

> Le jour avant l'examen

- 18h00 - 19h00 : 1 l de Moviprep® (=1 verre toutes les 10 min).
- 19h00-21h00 : buvez 2 l de liquide clair (p.ex. thé sans lait, eau, boissons isotoniques).

> Le jour de l'examen

- 4 heures avant le rendez-vous à l'hôpital : buvez le 2ème litre de Moviprep® dans l'heure.
- 3 heures avant le rendez-vous à l'hôpital : buvez 1 l d'eau plate dans l'heure.
- 2 heures avant le rendez-vous : ne plus rien boire !

Moviprep®



Picoprep®

> Avant la prise du produit

- Remplissez un verre avec 150 ml d'eau.
- Versez le contenu du sachet dans le verre.
- Mélangez pendant 2 - 3 minutes. Lorsque la solution chauffe, attendez qu'elle refroidisse suffisamment.

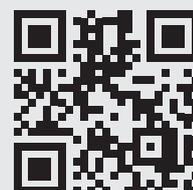
> Le jour avant l'examen

- 18h00 : buvez le contenu dissout du premier sachet.
- 18h00-21h00 : buvez 1,5 l de liquide clair (p.ex. thé sans lait, eau, boissons isotoniques).

> Le jour de l'examen

- 4 heures avant le rendez-vous à l'hôpital : buvez le contenu dissout du deuxième sachet puis buvez 1 l d'eau plate dans l'heure.
- 2 heures avant le rendez-vous : ne plus rien boire !

Picoprep®



Quelques astuces pour la prise du produit

- Si le goût du produit n'est pas bon vous pouvez rajouter des sirops, du sucre ou du miel.
- Buvez avec 2 grosses pailles. Le liquide peut ainsi être avalé plus rapidement.
- Masquez le goût en suçant des bonbons à fortes saveurs (p.ex. Ricola, Fisher-man's Friend, ...).

Pensez à acheter du papier toilettes doux ou des lingettes de bébé. Protégez la peau de la région anale avec une crème, afin d'éviter les irritations occasionnées par le passage répété des selles.



Après l'examen

En cas d'examen sous sédation (anesthésie légère), vous serez gardé en observation à l'Hôpital de jour pendant environ 20 - 30 minutes. Etant donné que des calmants vous ont été administrés, il est interdit de conduire un véhicule ou de travailler avec des machines jusqu'au lendemain. Il vous est également déconseillé de prendre des décisions importantes ou de signer des documents d'une valeur légale le jour de l'examen.

Il se peut que vous ressentiez des crampes abdominales ou une sensation de ballonnement après l'examen. Ceci est dû à l'air qui a été introduit pendant l'examen. Cette gêne disparaîtra rapidement lorsque vous aurez pu lâcher des gaz.

Vous pouvez boire et manger normalement sauf avis contraire du médecin.

Que faire en cas de problèmes après l'examen ?

Si un polype a été enlevé, il se peut que vous observiez quelques gouttes de sang dans vos selles.

En cas de douleurs abdominales, de fièvre, de frissons ou d'un saignement rectal abondant, contactez immédiatement votre médecin. Si vous n'arrivez pas à le joindre, vous devez vous rendre aux urgences.