MiraLAX र Dulcolax सँगै आधा आन्द्राको तयारी

Half Bowel Prep With MiraLAX and Dulcolax

Preparing for Your Colonoscopy or Procedure

Review this information when you receive it so that you are prepared for your procedure. Look for more information from Endoscopy Scheduling or check with your doctor.

Important to know:

- **You will need to change your diet starting 5 days before and begin this bowel prep at 3 p.m. the day before.**
- **You need to have an adult come with you to your procedure.**
- **If your doctor has told you NOT to stop taking these medicines before this procedure, please contact the health care provider who is doing your procedure.** Ask to speak to a nurse.

Medicine Changes Before Your Procedure

You may need to make changes to your medicines many days before your procedure. Read carefully the medicine change information at go.osu.edu/pted5355 or review the copy with these instructions. These include blood thinners, medicines for diabetes, weight loss, heart conditions, and others. **If you do not review and make the needed medicine changes, your procedure may need to be rescheduled.**

तपाईंको कोलोनोस्कोपी वा कार्यविधिका लागि तयारी गर्दै

तपाईंले त्यो प्राप्त गर्दा यो जानकारी समीक्षा गर्नुहोस् जसकारण तपाईं आफ्नो कार्यविधिका लागि तयार रहनुहुन्छ। एन्डोस्कोपी कार्यतालिकाबाट थप जानकारी खोज्नुहोस् वा तपाईंको चिकित्सकसँग जाँच गर्नुहोस्।

थाहा हुनुपर्ने महत्त्वपूर्ण कुरा:

- **तपाईंलाई 5 दिनअघि सुरु गरेर तपाईंको आहार परिवर्तन गर्न र सुरु गर्ने दिनअघि 3 बजे बोवेल तयारी सुरु गर्न आवश्यक हुने छ।**
- **तपाईंलाई तपाईंको कार्यविधिमा तपाईंसँग वयस्क आउन आवश्यक हुन्छ।**
- **तपाईंको चिकित्सकले तपाईंलाई यो प्रक्रियाअघि यी औषधिहरू बन्द नगर्न भन्नुभएको छ भने, कृपया तपाईंको प्रक्रिया गरिरहेको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।** नर्ससँग कुरा गर्न अनुरोध गर्नुहोस्।

तपाईंको शल्यक्रियाभन्दा अघि औषधि बदलिन्छ

तपाईंले आफ्नो शल्यक्रिया गर्नुभन्दा धेरै दिन अघि आफ्नो औषधिहरू बदल्नु पर्ने हुन सक्छ। ध्यान दिएर go.osu.edu/pted5421 मा औषधि बदल्नेसम्बन्धी जानकारी पढ्नुहोस् वा यी निर्देशनहरूसहित प्रतिलिपि समीक्षा गर्नुहोस्। यसमा रगत पातलो गर्ने, मधुमेहको औषधि, तौल कम गर्ने, मुटुको अवस्था र अन्य कुराहरू समावेश छन्। **तपाईंले समीक्षा गर्नुभएन र आवश्यक औषधि बदल्नुभएन भने तपाईंको शल्यक्रियालाई पुन: निर्धारित गर्न आवश्यक पर्दछ।**

Buy at the store:

- Large bottle (8.3 oz or 238 gm) of laxative polyethylene glycol 3350, such as MiraLAX
- 4 Dulcolax laxative tablets (5 mg each)
- Total of 32 ounces of a sports drink, such as Gatorade (no red or purple)

  For diabetes: use sugar free option

पसलमा किन्नुहोस्:

- ल्याक्सेटिभ पोलिइथाइलिन ग्लाइकोल 3350, जस्तै मिराल्याक्सको ठुलो बोतल (8.3 oz or 238 gm)
- 4 डल्कोल्याक्स लेग्जेटिभ ट्याब्लेटहरू (5 mg प्रत्येक)
- गेटोरेड जस्ता स्पोर्ट्स ड्रिङ्कको कुल 32 औंस (रातो वा बैजनी छैन)

  मधुमेहका लागि: चिनी रहित विकल्प प्रयोग गर्नुहोस्

तपाईंको कार्यविधिको 5 दिनअघि सुरु गर्न, नखानुहोस्:

Starting 5 days before your procedure, do not eat:

मकै
Corn

बदाम
Nuts

हरियो सागपातहरू
Leafy greens

पपकर्न
Popcorn

बोक्रा वा बिउहरू भएको फलफूल
Fruit with skin or seeds

साबुत अन्न वा उच्च फाइबर खानाहरू
Whole grain or high fiber foods

आइरन, आइरन ट्याब्लेट वा पाइबर सप्लाइमेन्टहरू भएका भिटामिनहरू **नखानुहोस्।**
Do not take vitamins with iron, iron tablets, or fiber supplements.

About this prep

- You will drink a medicine mixture to clear your 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.
- The prep medicine may not taste good. You need to take all of it so your bowels are clear. Your bowels are clear when you are passing pale yellow liquid without any stool.
- **If you vomit up your prep medicine, have not had any bowel movements, or your bowels are not clear after this prep, please contact the health care provider who is doing your procedure**. The procedure may need to be rescheduled.
- **If you have a history of heart failure, kidney disease, cirrhosis of the liver, electrolyte problems, or chronic constipation, you may need a different bowel prep medicine.** Please contact the nurse for instructions.
- You should not smoke or vape the day before and on the day of your procedure.
- **If you have an implanted stimulator device**, it should be turned off before your procedure. Please bring the remote with you on the day of the procedure.

यो तयारीको बारेमा

- तपाईंले सबै ठोस पदार्थहरूबाट आफ्नो आन्द्रालाई सफा गर्न औषधिको मिश्रण पिउनु हुने छ। तपाईंलाई निरन्तर बाथरूम जान आवश्यक पर्नेछ र तपाईंको पातलो दिसा लाग्नेछ। तयारीले तपाईंलाई ऐंठन हुने वा पैताला सुन्निने बनाउन सक्छ।
- तयारी औषधीको स्वाद मिठो नहुनसक्छ। तपाईंले यो सबै खानुपर्छ जसकारण तपाईंको आन्द्रा सफा हुन्छ। तपाईंलाई दिसा बिनाको फिका पहेँलो तरल पदार्थ आयो भने तपाईंको बोवेल सफा हुन्छ।
- **तपाईंले आफ्नो तयारी औषधि वान्ता गर्नुभयो भने, कुनै पनि बोवेल गतिविधिहरू भएको छैन भने वा यो तयारी पछि तपाईंको बोवेल सफा भएको छैन भने, कृपया तपाईंको प्रक्रिया गरिरहेको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्**। यो कार्यविधिको पुनः समयतालिका निर्धारण गर्नुपर्ने हुन सक्छ।
- **तपाईंलाई हृदयघात, मृगौला रोग, कलेजोको सिरोसिस, इलेक्ट्रोलाइट समस्या वा पहिलेदेखि कब्जियत हुने समस्या छ भने, तपाईंलाई विभिन्न बोवेल तयारी गर्ने औषधि चाहिन्छ।** निर्देशनहरूका लागि कृपया नर्सलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
- तपाईंले आफ्नो शल्यक्रियाको अघिल्लो दिन र शल्यक्रियाको दिनमा धुम्रपान वा भेप खानु हुँदैन।
- तपाईंसँग प्रत्यारोपित उत्तेजक डिभाइस छ भने तपाईंको शल्यक्रिया हुनुभन्दा अघि यो बन्द गरिनुपर्छ। कृपया प्रक्रियाको दिनमा रिमोट आफूसँग ल्याउनुहोस्।

Day before your procedure

Start Clear Liquid Diet

Do not eat any solid food or eat or drink any milk products until after your procedure is done. Drink only clear liquids. You can drink clear and light colored liquids up to 4 hours before your procedure. Do not have anything with red or purple dye.

Okay to have:

तपाईंको प्रक्रिया हुनुभन्दा अघिल्लो दिन

सादा तरल आहारमा पर्ने कुराहरू खान सुरु गर्नुहोस्

तपाईंको कार्यविधि पूरा नहुँदासम्म कुनै ठोस खानेकुरा नखानुहोस् वा कुनै दुग्धजन्य उत्पादनहरू नखानुहोस् वा नपिउनुहोस्। सफा तरल पदार्थहरू मात्र पिउनुहोस्। तपाईंले आफ्नो कार्यविधिभन्दा 4 घण्टा अघिसम्म सादा र हल्का कोलोराइड भएका तरल पदार्थहरू पिउन सक्नुहुन्छ। रातो र बैजनी रङका कुनै पनि कुरा नखानुहोस्।

लिन ठिकै हुन्छ:

पानी, स्वादयुक्त पानी वा आइस चिप्स

Water, flavored water, or ice chips

दूध वा क्रिम **नहालेको** कफि वा चिया

Coffee or tea with **no** milk or cream

अदुवाको जाँड वा लेमन-लाइम सोडा

Ginger ale or lemon-lime soda

तपाईंले देख्न सक्ने फलफूलका जुसहरू जस्तै, स्याउ वा सेतो अङ्गुर

Fruit juices you can see through, such as apple or white grape

गेटोरेड, अन्य स्पोर्ट्स ड्रिङ्क वा कुल-एड जस्ता अन्य मिश्रण पेय पदार्थ

Gatorade, other sports drinks, or other drink mixes like Kool-Aid

पप्सिकल (फलफूल वा क्रिम **नहालेको**) (रातो वा बैजनी रङको **नभएको**)

Popsicles (**no** fruit or cream) (**no** red or purple)

फलफूल (रातो वा बैजनी रङको **नभएको**) जेल-ओ वा अन्य जिलेटिन

Jell-O or other gelatin, without fruit (**no** red or purple)

क्लियर ब्रोथ वा बाउइल्लन

Clear broth or bouillon

Do NOT have:

- Alcoholic drinks
- Milk
- Smoothies
- Milkshakes
- Cream
- Yogurt
- Orange juice
- Grapefruit juice
- Tomato juice
- Soup (other than clear broth)
- Red or purple drinks

निम्न कुराहरू हुनुहुँदैनः

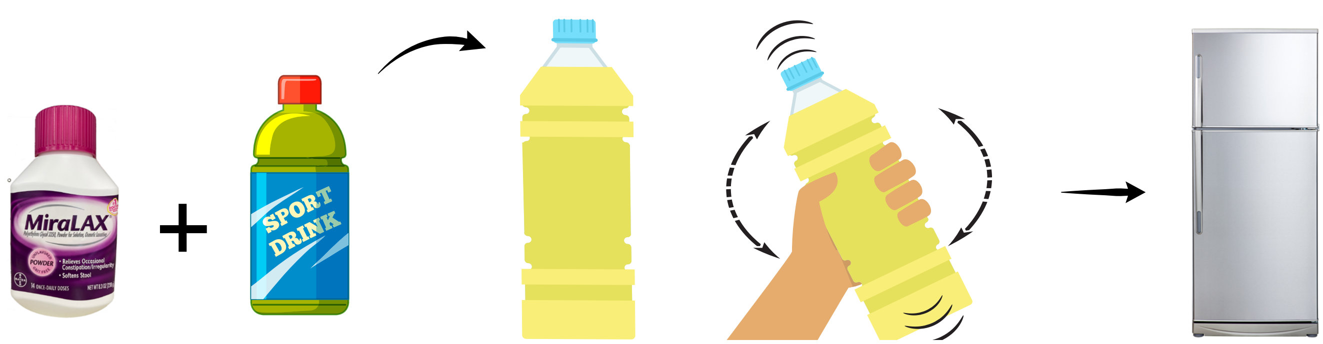
- मदिराजन्य पेय पदार्थहरू
- दूध
- स्मूदीहरू
- मिल्कसेक
- क्रिम
- दही
- सुन्तलाको जुस
- अङ्गुरको जुस
- टमाटरको जुस
- सुप (दुवै सादा तरल पदार्थभन्दा अन्य)
- रातो र बैजनी रङका पेय पदार्थहरू

At 3 p.m., take 4 Dulcolax tablets.

दिउँसो 3 बजे, 4 वटा डुल्कोल्याक्स ट्याबलेटहरू लिनुहोस्।

Pour all of the MiraLAX and 32 ounces of sports drink into a larger container and shake well. Put it into the refrigerator to keep cool.

गेटोरेड जस्ता स्प्रोर्ट्स ड्रिङ्कको कुल 32 औंस (रातो वा बैजनी छैन)



At 6 p.m., drink one (8-ounce) glass of the mixture every 10 to 15 minutes until you finish half of it. It may help to use a straw. Put the rest back in the refrigerator.

साँझ 6 बजे, तपाईंले यसको आधा समाप्त नगरेसम्म प्रत्येक 10 देखि 15 मिनेटमा मिश्रणको एक (8-आउन्स) गिलास पिउनुहोस्। यसले स्ट्रो प्रयोग गर्न मद्दत गर्न सक्छ। बाँकी रहेको मिश्रण रेफ्रिजेरेटरमा राख्नुहोस्।

आधा मिश्रण पिउनुहोस्

Drink half of mixture

6 hours before your procedure

6 hours before your procedure, drink the rest of the mixture. You may need to set your alarm to get up to finish your prep medicine. Drink two (8-ounce) glasses of clear liquids after you finish the mixture. You can drink clear liquids up to 4 hours before your procedure.

तपाईंको प्रक्रिया हुनुभन्दा 6 घण्टाअघि

तपाईंको प्रक्रिया हुनुभन्दा भन्दा **6 घण्टा**अघि, बाँकी रहेको सबै मिश्रण पिउनुहोस्। तपाईंले आफ्नो तयारी औषधि समाप्त गर्नलाई उठ्न अलार्म सेट गर्न आवश्यक पर्नसक्छ। तपाईंले मिश्रण पिएर सकेपछि दुई (8-आउन्स) गिलास सादा तरल पदार्थ पिउनुहोस्। तपाईं आफ्नो प्रक्रिया हुनुभन्दा 4 अघिसम्म सादा तरल पदार्थहरू पिउन सक्नुहुन्छ।

बाँकी रहेको मिश्रण पिउनुहोस्

Drink rest of mixture

\+

2 गिलास सादा तरल पदार्थहरू पिउनुहोस्

Drink 2 glasses of clear liquids

You can take a small sip of water to take any allowed medicines within 2 hours of your procedure. Your procedure will be delayed or canceled if you drink anything other than a sip of water with medicines. This is important to make sure it is safe to give you sedation or anesthesia.

If you have alcohol, marijuana, or illegal drugs in your system, your procedure may be rescheduled for your safety.

Arriving for the procedure

Arrive by the arrival time on your letter, so the staff can get you ready.

- Please leave all valuables and jewelry, including piercings, at home.
- Patients who can become pregnant may need to give a urine sample in case a pregnancy test is needed.
- Bring these with you to your procedure:
  - List of all medicines, including prescription and over the counter medicines, and any vitamin or herbal products you are taking
  - List of your allergies
  - List of medical conditions and previous surgeries
  - Copy of your advanced directive, such as a living will or power of attorney
  - Photo identification, insurance card, and co-payment, if needed

तपाईं आफ्नो प्रक्रिया हुनुभन्दा 2 घण्टाभित्र कुनै पनि अनुमति दिइएको औषधि लिनका लागि एक घुट्क पानी पिउन सक्नुहुन्छ। तपाईंले औषधि लिँदा एक घुट्क पानीभन्दा धेरै पिउनुभयो भने तपाईंको प्रक्रिया ढिलो वा रद्द हुने छ। तपाईंलाई बेहोश गर्ने औषधि वा एनेस्थेसिया दिन सुरक्षित छ भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्न महत्त्वपूर्ण छ।

तपाईंसँग आफ्नो सिस्टममा अल्कोहल, गाँजा वा अवैध ड्रग्स छ भने तपाईंको सुरक्षाका लागि तपाईंको शल्यक्रियालाई पुनः निर्धारित गर्न सकिन्छ।

कार्यविधिमा पुग्ने

तपाईंको पत्रमा भएको आगमन समय मै आइपुग्नुहोस्, जसकारण कर्मचारीले तपाईंलाई तयार पार्न सक्छन्।

- कृपया छेड्ने उपकरणसहित सबै बहुमूल्य वस्तु र गहनाहरू घरमा छोड्नुहोस्।
- गर्भवती हुन सक्ने बिरामीहरूले गर्भावस्था परीक्षण आवश्यकता परेको अवस्थामा पिसाबको नमूना दिन आवश्यक पर्न सक्छ।
- तपाईंको कार्यविधिमा तिनीहरूलाई ल्याउनुहोस्:
  - निर्देशित औषधि र पसलमा सजिलै पाइने औषधिहरू र तपाईंले लिइरहनुभएको कुनै पनि भिटामिन वा हर्बल उत्पादनसहित सबै औषधिको सूची
  - तपाईंको एलर्जीको औषधिका सूची
  - मेडिकल अवस्था र अघिल्ला शल्यक्रियाहरूको सूची
  - जीवित इच्छा वा पावर अफ अटर्नी जस्ता तपाईंको उन्नत निर्देशनको प्रतिलिपि
  - आवश्यक भएमा, फोटो पहिचान, बीमा कार्ड र सह-भुक्तानी

You need to have an adult come with you to your procedure

You will be given medicine to help you relax during the procedure. For your safety, you will need a **responsible adult to drive you home after the procedure.** Your driver needs to check in for the procedure with you. If your driver doesn't check in with you, we will need to speak to your driver before we can start your procedure. **Your procedure will be delayed or canceled if we cannot speak to your driver.**

- If you take a cab, bus, or medical transportation, an adult other than the driver needs to ride with you for your safety.
- You should have an adult with you to help you at home after the procedure for at least 6 hours.
- You should not drive, operate machinery, drink alcohol, or make any legal decisions until the day after your procedure.

तपाईंलाई आफ्नो प्रक्रियाका लागि एक वयस्क आफ्नो साथमा ल्याउनु पर्ने हुन्छ

तपाईंलाई प्रक्रियाको समयमा आराम गर्न मद्दत गर्नका लागि औषधि दिइने छ। आफ्नो सुरक्षाका लागि, तपाईंलाई **प्रक्रिया सकिएपछि घरमा पुर्‍याइदिने जिम्मेवार वयस्क** आवश्यक हुने छ। तपाईंको सवारी चालकले तपाईंसँग प्रक्रियाका लागि चेक इन गर्न आवश्यक छ। तपाईंको सवारी चालकले तपाईंसँग चेक इन नगरेमा, हामीले तपाईंको प्रक्रिया सुरु गर्नुअघि तपाईंको सवारी चालकसँग कुरा गर्नुपर्छ। **हामीले तपाईंको सवारी चालकसँग कुरा गर्न सकेनौं भने तपाईंको प्रक्रिया ढिलो वा रद्द हुने छ।**

- तपाईं ट्याक्सी, बस वा मेडिकल यातायात लिनुहुन्छ भने, चालकबाहेक अन्य वयस्कले तपाईंको सुरक्षाका लागि तपाईंसँग सवारी गर्नुपर्छ।
- कम्तीमा 6 घण्टाको प्रक्रियापछि घरमा मद्दत गर्न तपाईंसँग एक वयस्क हुनुपर्छ।
- तपाईंले आफ्नो प्रक्रियाको अर्कोदिनसम्म गाडी चलाउनु, मेसिनरी चलाउनु, रक्सी पिउनु वा कुनै कानुनी निर्णय गर्नु हुँदैन।

तपाईसँग तपाईको परीक्षणको तयारीको बारेमा प्रश्न वा चिन्ता छ भने, कृपया तपाईको प्रक्रिया गरिरहेको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। मा कल गर्नुहोस्। ओहायो राज्यमा कोलोनोस्कोपी गरेको बारेमा थप जानकारीका लागि, go.osu.edu/colonoscopy।

If you have questions or concerns about the prep for your test, please contact the health care provider who is doing your procedure. For more information about having a colonoscopy at Ohio State, go.osu.edu/colonoscopy.

© 2024 – December 1, 2025, The Ohio State University Wexner Medical Center