



Coloscopie totale

Préparation à l'examen

Si une gastroscopie est à réaliser dans le même rendez-vous, référez-vous à cette préparation qui inclut celle de la gastroscopie.

1. L'adaptation éventuelle de vos médicaments

Il peut y avoir 3 catégories de médicaments dans votre traitement habituel par rapport à l'examen programmé : ceux qu'il faut poursuivre, ceux qu'il faut interrompre, ceux qui n'ont pas d'influence. Dès réception de votre questionnaire médical reprenant votre traitement habituel, incluant la dose et l'heure de prise, les recommandations vous seront communiquées par e-mail.

2. La préparation à l'examen

3 Types de préparations coliques vous sont proposées, choisissez celle qui s'accorde à votre transit habituel en termes de consistance et de fréquence des selles :

- A. La Classique** : selles liquides/molles/moulées, min. 1-3x/jour.
- B. L'Optimisée** : selles moulées/dures, max. 4-5x/semaine.
- C. La Super-Optimisée** : selles dures/très dures, max. 3x/semaine.

Au moindre doute sur votre **comportement colique**, n'hésitez pas à **Optimiser** voire à **Super-Optimiser** votre préparation.

Une bonne préparation assure un examen confortable, sécuritaire et précis.

Attention, les produits ne sont pas toujours disponibles directement, veuillez les commander min. 5 jours avant la date d'examen pour en disposer à temps. **Ces produits sont en vente libre.**

Liste pour la pharmacie

A. La Classique

- De l'**EZICLEN**[®] : 1 boîte contient 2 flacons de 176ml et un godet mesureur gradué
- Un **onguent** ou une **crème protectrice anale** : *vaseline, huile d'amande douce, Mitosyl, Inotyol, Néocutigénol, crème Nivéa,...*
- La crème **Cose.Protect Duo** : si vous souffrez d'hémorroïdes.

B. L'Optimisée = A + B

- Du **MOVICOL**[®] : 1 petite boîte contient 20 sachets
- MOVICOL** n'est pas une préparation colique mais un laxatif doux qui ramollit les selles dures.

C. La Super-optimisée = A + B + C

- Du **PICOPREP**[®] : 1 boîte contient 2 sachets
- PICOPREP** est une préparation colique confortable qui amorce la préparation suivante.

Autres fournitures

- 3L d'eau ou de liquides clairs et translucides.**
Exemple, pour la soirée : tisane (sucrée ou non), bouillon chaud et légèrement salé (cube de bouillon, bouillon maison filtré et sans morceaux).
Pour le matin : thé (sucré ou non), jus de pomme ou de raisin blanc translucide.
- 33cL de soda** (Coca, Fanta, Schweppes tonic ou Agrumes).
Pour faire passer plus rapidement le goût désagréable de la préparation.

Dr Ariane Gerkens

for.med

A Rue Middelbourg 78
1170 Bruxelles

INAMI 1-88252-25-650

Drs Gerkens - Choppin SRL

A Clos des Chênes, 92
1170 Bruxelles

BCE BE0 839 394 547

E consult@arianegerkens.com

IBAN BE06 0689 1039 3022

p. 1-4

www.for-med.be

www.arianegerkens.com



A. La Classique

Les 3 jours précédant l'examen (J -3 à J -1) :

Adoptez le **régime spécifique** lisse et sans résidus :

- **Vous pouvez boire** : Lait, thé café, jus de fruits (frais sans pépins ou en boîte), boissons alcoolisées.
- **Vous pouvez manger** : Protéines (œufs, produits laitiers, viande, poisson), féculents (pâtes, pain et riz blanc), fruits et légumes de consistance **lisses** (cuits, mixés, pelés et/ou pressés), épices, herbes aromatiques et sauces.

Exemples : potages, compotes, purées, tapenades, coulis, smoothies, courgettes bien cuites sans peau ni pépins, pommes de terres pelées, houmous,...

- **Vous ne pouvez pas manger** : Graines, légumineuses et céréales non moulues.
Exemples : maïs, petits pois, haricots blancs ou rouges, lentilles, quinoa, riz complet, muesli, pain multicéréales, graines de cumin, de sésame, de lin, de chia, de tournesol, de pavot,...

La veille de l'examen (J -1) :

À 17h30 : Prenez un repas liquide ou mixé.

À 18h45 : Préparez l'**EZICLEN**.

- Versez tout le contenu d'un flacon d'**EZICLEN** ($\pm 170\text{ml}$) dans le godet bleu, ajoutez de l'eau bien fraîche jusqu'à la ligne graduée ($\pm 330\text{ml}$), vous obtenez $\pm \frac{1}{2}\text{L}$.
- Mélangez bien avec une cuillère à soupe.

À 19h00 : Buvez $\frac{1}{2}\text{L}$ d'**EZICLEN** en 30min.

- En 4 verres ($\pm 125\text{ml}$) cul-sec toutes les 10min.
- Après chaque verre, avalez 2-3 gorgées d'**eau très fraîche ou de soda**.
- Faites une pause bien méritée.

À 20h00 : Buvez **1,5L d'eau ou de liquides clairs** en 30min.

- Si vous ressentez le besoin de boire plus, poursuivez l'hydratation.

Vers 21h : Les effets de la préparation surviennent.

- Au début : frilosité, bruits et mouvements intestinaux, ballonnements et distension abdominale, légères crampes et maux de têtes. Ensuite : selles variables en consistance et en fréquence d'une personne à l'autre (molles, puis diarrhéiques, puis aqueuses).
- Appliquez généreusement l'**onguent ou la crème protectrice** à l'extérieur de l'anus dès le début des selles afin d'éviter l'irritation et la crème **Cose.Protect Duo** à l'intérieur de l'anus si vous **souffrez d'hémorroïdes**. Une alternative est le rinçage à l'eau tiède à l'aide d'un petit récipient ou d'une douche, suivie d'un séchage tamponné délicat.

Le jour de l'examen (J 0) :

Restez à jeun.

03h30 avant l'examen : Buvez $\frac{1}{2}\text{L}$ d'**EZICLEN** en 30min.

02h30 avant l'examen : Buvez **1,5L d'eau ou de liquides clairs** en 30min.

02h00 avant l'examen : Arrêtez de boire.

- Les effets de la préparation du matin surviennent plus rapidement et sont plus brefs.
- Les accidents d'incontinence sont exceptionnels, les patients inquiets ou à risque peuvent prévoir une protection.
- Une préparation optimale signifie que vous évacuez des selles translucides, jaune claire à jaune, comparable à un vin blanc ou à un vin moelleux.
- Ne vous inquiétez pas si vous présentez encore quelques selles liquides en arrivant. Un colon propre n'est pas nécessairement un colon vide.

Dr Ariane Gerkens

for.med

A Rue Middelbourg 78
1170 Bruxelles

INAMI 1-88252-25-650

Drs Gerkens - Choppin SRL

A Clos des Chênes, 92
1170 Bruxelles

BCE BE0 839 394 547

E consult@arianegerkens.com

IBAN BE06 0689 1039 3022

www.for-med.be

www.arianegerkens.com



B. L'Optimisée

A + B = la Classique + Régime allongé + **MOVICOL**

Les 5 jours avant l'examen (J -5 à J -1) :

Débutez le **régime spécifique** lisse et sans résidus.

Du 4^{ème} au 2^{ème} jour avant l'examen (J -4 à J -2).

Au coucher : Buvez un sachet de **MOVICOL**, dilué dans un verre d'eau.

C. La Super-Optimisée

A + B + C = L'Optimisée + le **PICOPREP**

La veille de l'examen (J-1)

Le matin : Prenez un petit-déjeuner selon le régime adapté.

À 12h30 : Prenez un repas de midi liquide ou mixé.

À 13h50 : Préparez le **PICOPREP** :

- Versez le contenu d'un sachet dans un verre d'eau bien fraîche et mélangez bien.
- Attendez 2 à 3min. le verre peut un peu chauffer, c'est une réaction normale.

À 14h00 : Buvez le **PICOPREP** en quelques gorgées.

À 14h30 : Buvez **1,5L d'eau ou de liquides clairs** en 30 minutes.

Enchaînez ensuite sur **La Classique**.

3. Situations particulières

Si votre rendez-vous est matinal (entre **08h00** et **09h00**) :

- Débutez la préparation du soir à **18h00** au lieu de **19h00** : ce qui vous permettra d'aller au lit plus tôt, d'être moins dérangé par les réveils éventuels et de vous réveiller plus tôt.
Exemple : **À 18h00** : **½L d'EZICLEN** en 30min.

À 19h00 : **1,5L d'eau ou de liquides clairs** en 30min.

- Resserrez les prises du matin, en sautant la pause de 30min. entre la prise du produit et de l'eau, au profit de 30min. de sommeil, l'effet de la préparation n'en est pas modifié.
Exemple : **À 05h00** : **½L d'EZICLEN** en 30min.

À 05h30 : **1,5L d'eau ou de liquides clairs** en 30min.

Si votre rendez-vous est l'après-midi (entre **13h00** et **16h00**) :

- Débutez la préparation le matin :

06h00 avant l'examen : Buvez **½L d'EZICLEN** en 30min.

05h00 avant l'examen : Buvez **1,5L d'eau ou de liquides clairs** en 30min.

03h30 avant l'examen : Buvez **½L d'EZICLEN** en 30min.

02h30 avant l'examen : Buvez **1,5L d'eau ou de liquides clairs** en 30min.

02h00 avant l'examen : Arrêtez les boissons.

- En cas de Super-Optimisée :

À 19h00 : Buvez le **PICOPREP**.

À 19h30 : Buvez **1,5L d'eau ou de liquides clairs** en 30min

Dr Ariane Gerkens

for.med

A Rue Middelbourg 78
1170 Bruxelles

INAMI 1-88252-25-650

Drs Gerkens - Choppin SRL

A Clos des Chênes, 92
1170 Bruxelles

BCE BE0 839 394 547

E consult@arianegerkens.com

IBAN BE06 0689 1039 3022



4. Vue d'ensemble du planning de préparation

Planning	J -5	J -4	J -3	J -2	J -1	J 0
A. Classique			Régime spécifique			A Jeun
					EZICLEN	EZICLEN
B. Optimisée		Régime spécifique				A Jeun
		MOVICOL	MOVICOL	MOVICOL	EZICLEN	EZICLEN
C. Super-Optimisée		Régime spécifique				A Jeun
		MOVICOL	MOVICOL	MOVICOL	PICOPREP > EZICLEN	EZICLEN

5. Le Jour de l'examen

Portez des vêtements **amples** et **confortables**.

Exemple : T-shirt, Sweat shirt,...

Munissez-vous de :

- Votre carte d'identité et 3 vignettes de mutuelles.
- La liste des documents à compléter dont vous pourriez avoir besoin :
 - Certificat d'incapacité de travail officiel.
 - Certificat d'accompagnement pour la personne qui vous accompagne.
 - Attestation mutuelle pour intervention dans les frais de dépistage.
 - Ordonnance des produits en cas d'assurance complémentaire.
- Si vous venez en voiture, prévoyez du temps pour trouver une place de parking dans le quartier et apposez votre **disque de stationnement** (valable 2 heures).

Durée de l'examen

- **Coloscopie** : examen 30min, repos 15min : total 45min.
- **Gastroscopie + Coloscopie** : examens 45min, repos 15min : total 1h.

6. Après l'examen

- Vous pouvez boire et manger léger juste après l'examen.
- Le protocole d'examen vous est remis en main propre et envoyé par e-mail.
- Les prescriptions de médicaments sont envoyées par e-mail et également enregistrées sur votre carte d'identité si vous possédez un numéro national belge (NISS).
- Il est recommandé d'être raccompagné, si ce n'est pas possible rentrez en taxi, en transport en commun ou rentrez à pied.

Dr Ariane Gerkens

for.med

A Rue Middelbourg 78
1170 Bruxelles

INAMI 1-88252-25-650

Drs Gerkens - Choppin SRL

A Clos des Chênes, 92
1170 Bruxelles

BCE BE0 839 394 547

E consult@arianegerkens.com

IBAN BE06 0689 1039 3022

p. 4-4

www.for-med.be
www.arianegerkens.com