PATIENT EDUCATION

Tilmaamaha Nadiifinta Caloosha: Dulcolax/Miralax

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

U diyaar garoowga baaritaanka

- Maalinta ka horeysa baaritaanka, waxaa lagaa doonayaa in aad biloowdo diyaarinta midhiciradaada.
- Ha cunin cunto culus (adag) maalinta oo dhan maalinta ka horeysa.
- Waxa aad isticmaaleysaa Miralex si aad calooshaada u diyaariso oo aad i nadiifiso mindhicirkaaga.
- Daawada caloosha jilcisa ee lagu faaruqiyo mindhicirada ayaa la isticmaalaa sababtoo ah daraasaduhu waxay muujiyeen inay aad ugu dulqaadan karaan bukaanada oo ay waxtar badan u leeyihiin nadiifinta mindhicirka taasoo u oggolaanaysa dhakhtarku inuu si fiican u arko burooyinka gudaha kujira.
- Haddii horay kuugu dhaceen wadno xanuun ama cudurada wadnaha noocyadiisa kala duwan, ama kalyaha oo shaqada joojiya, waa in aadan qaadan daawada caloosha jilcisa ee Miralax oo la xiriir dhakhtarka kuu qoray baaritaanka.
- Fadlan U raac dhammaan tilmaamahan si taxadar leh. Haddii aadan si wanaaagsan u raacin tilmaamaha, waxaa suurogal ah in balantaada dib loo dhigo.

Waxyaabaha aad iibsaneyso

- Si aad ugu diyaargarowdo baaritaanka, waxaa lagaa doonayaa in aad iibsato daawooyinka caloosha lagu nadiigiyo.
- **Looma baahna daawo dhakhtar kuu qoro:**
    - ☐ Afar (4) Bisacodyl/Dulcolax oo ah kaniini afka laga qaato (5mg) ama guud ahaan u dhigma.
    - ☐ 8.3 wiqiyood oo ah dhalo ay kujirto buddada Miralax ama guud ahaan u dhigma.
    - ☐ 64-wiqiyood oo ah cabitaanadaan soo socda Gatorade, Gatorade G2, Powerade, Powerade Zero, Pedialyte, Propel, ama Liquid IV ayaa la aqbalayaa haddii aysan lahayn midabada cassaanka ama baaboolka. Haddii aad qabto cudurka sonkorta, waxaad isticmaali kartaa waxyaabo aan lahayn sonkor.

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 oo kale Coumadin (warfarin), Ticlid (ticlopidine hydrochloride), Agrylin (anagrelide), Xarelto (Rivaroxaban), Pradaxa (Dabigatran), Pletal (Cilostazol), Brillinta (Ticagrelor), Eliquis (Apixaban), Effient (Prasugrel), Plavix (Clopidogrel), and adult Aspirin **325 mg**. (iyo dawada dadka wa weyn qatan oo xanun ba'biyaha.) Haddii aad ku jirto anticoagulant ama antiplatelet aanan halkan lagu qorin, fadlan uu sheeg kooxda caloosha sida ugu dhakhsaha badan ee suurtogalka ah.
    - Waa in aad la hadashaa takhtarkaga ama takhtarkaaga ku takhasusay ugu yaraan 2 isbuuc kahor nidaamka la qorsheeyay. Ha joojinin daawooyinkaan adigoon haysan wax ogolaansho ah oo ka haysan daryeelahaaga ku xiil saran.
- Aspirin **81 mg** (baby)
    - Waxad qadan karta aspirin 81 mg oo lagu qoray iyo wax yare oo biyo aah.
- Dawooyinka Macaanka (Insulin and diabetes medications)

    - Fadlan Wac takhtarka uu xiil saaran la socodka macankaaga (glucose levels). Daawooyinkaaga waxaa laga yaabaa in ay uu baahan yihiin in la hagaajiyo ayadoo ay sababtu tahay qorshaha cuntada ee hawsha loo baahan yahay. Ha joojinin daawooyinkaan adigoon haysan wax ogolaansho ah oo ka haysan daryeelahaaga ku xiil saran.
- Glucagon-Like Peptide-1 (GLP-1 Agonist)
    - Sida oo kale Byetta (Exenatide), Saxenda (Liraglutide), Victoza (Liraglutide), Wegovy (Semaglutide), Trulicity (Dulaglutide), Bydureon (Exenatide), Mounjaro (Tirzepatide), or Rybelsus (Semaglutide).
    - Waa in aad la hadashaa takhtarkaga ama takhtarkaaga ku takhasusay ugu yaraan 2 isbuuc kahor nidaamka la qorsheeyay. Ha joojinin daawooyinkaan adigoon haysan wax ogolaansho ah oo ka haysan daryeelahaaga ku xiil saran.

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 fatiimanada ama kuwa xoojiya qofka. Feetamiinada iyo kaalmaatiyada waxay wax ku reebaan malawadka waxaana adkaanaysa in dhakhtarku arko burooyinka yaryar.
    - Tusaale ahaan: Feetamiinada badan, saliida kaluunka, feetamiinta D, Ayroonka, ama sanjabiisha.

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 cad, 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, salaatada, khudaarta ceyriin, faakihada cusub ama la qalajiyey. Yaree inta aad ka cunto hilibka.

Laba (2) maalmood ka hor baaritaanka

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

Hal (1) maalin ka hor baaritaankaaga

- Biloow 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.**
- Xusuusnow, ha cunin cuntooyinka adag.
- 9 ka aroornimo, qaado afar xabo oo kiniiniga Bisacodyl/Dulcolax ah. Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad qaadato kiniiniga.
- Ku qas Miralax (dhamaan biyaha ku jira dhalada) oo 64 wiqiyadood ah cabitaanka electrolyte ilaa ay isku milmaan. Waxyaabaha aad ku qastay waad gelin kartaa talaajadda.
- Haddii aad jeceshahay in aad ku cabto iyada oo aan la qaboojin, waxa aad talaajadda ka soo saari kartaa 4-ta galabnimo.

- Ha ku darin baraf, sokor, waxyaabaha kale ee u yeela dhadhanka macaan.
- 6 da aroornimo, biloow cabitaankaaga isku darka ah. Waxa aad cabi kartaa kala bar (32 wiqiyadood) oo cabitaanka aad isku dartay ah. Isku day in aad cabto koob qaada ilaa sideed wiqiyadood 15-kii daqiiqaba cabitaanka aad isku dartay. Waxay kugu qaadan doontaa hal saacad in aad dhameyso cabitaanka.
- Dadka qaar baa dareema yalaalugo ama lalabo, dibiro, ama matag. Haddii ay sidaas kugu dhacdo, u naso 15-30 daqiiqo, ka dibna isku day in aad cabitaanka sii wado.
- Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad bilowdo qaadashada daawada isdiyaarinta. Waxaa kugu dhacaya shuban waxaadna u baahaneysaa in aad si degdeg ah u gaarto suuliga.
- Ka dib marka aad dhameyso cabitaanka, waxa aad cabi kartaa biyo cad oo kaliya.
- Inta kasoo hartay cabitaanka 32 wiqiyadood ee la isku qasay ku celi talaajadda si aad u cabto subaxa xiga.

Maalinta baaritaankaaga

- **Shan** saacadood kahor saacada lagaa rabo isbitaalka bilow cabitaanka 32-ka wiqiyadood ee hadhay ee daawada aad diyaariysay. Isku day inaad cabto koob qaada sideed-wiqiyadood oo ah daawada isdiyaarinta 15kii daqiiqaba mar ilaa ay dhamaanayso diyaarinta calooshu. Waxay kugu qaadan doontaa hal saacad in aad dhameyso cabitaanka.
- Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad bilowdo qaadashada daawada isdiyaarinta. Waxaa kugu dhacaya shuban waxaadna u baahaneysaa in aad si degdeg ah u gaarto 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 siiso tagista ballantaada maadaama aad u baahan karto inaad joogsato oo isticmaasho musqul inta aad soo socotid.

Fariin/Tilmaamo gaar ah: