

## Подготовка к осмотру врачом-проктологом

Если Вы собрались на прием к проктологу, то желательно соответственно подготовиться к осмотру, то есть поставить очистительную клизму.

Сразу оговоримся, что, в случае если у Вас сильные боли (больно ставить себе клизму) или кровотечение, то перед первичным врачебным осмотром ставить клизму не нужно. Не травмируйте больные участки лишней раз. Врач аккуратно проведет осмотр и без этой подготовки. В случае необходимости вам будет назначена терапия для снятия обострения или болевого синдрома, а уже после этого вы пройдете необходимые инструментальные обследования.

В общем случае перед первичным осмотром пациент ставит примерно за 3-4 часа до приема две очистительные клизмы 1,5-2 литра каждая с перерывом между ними примерно 45 минут, температура воды около 37 градусов. Также не следует накануне употреблять продукты, провоцирующие у Вас метеоризм. Если Вы записаны на прием в вечернее время, а днем нет возможности подготовиться, то очистительную клизму можно поставить после утреннего стула.

Теперь поговорим о том, как правильно ставить клизму.

### Очистительная клизма

Важным условием для проведения качественной диагностики является тщательное очищение кишки от содержимого. Для постановки очистительной клизмы используют кружку Эсмарха. Ее можно купить практически в любой аптеке. Кружка Эсмарха — это резервуар (стеклянный, эмалированный или резиновый) емкостью 1,5—2 л. У дна кружки имеется сосок, на который надевают толстостенную резиновую трубку. У резинового резервуара трубка является его непосредственным продолжением. Длина трубки около 1,5 м, диаметр—1 см. Трубка заканчивается съемным наконечником (стеклянным, пластмассовым) длиной 8—10 см. Наконечник должен быть целым, с ровными краями. Предпочтительно использовать пластмассовые наконечники, так как стеклянным наконечником со сколотым краем можно серьезно травмировать кишку. После употребления наконечник хорошо моют мылом под струей теплой воды и кипятят. Рядом с наконечником на трубке имеется кран, которым регулируют поступление жидкости в кишечник. Если крана нет, его можно заменить бельевой прищепкой, зажимом и т. п.

Для клизм используйте только воду из проверенных источников (такую, которую можно пить). Для детей лучше использовать только кипяченую воду. Температура воды — около 37—38 градусов. Более холодная вода значительно усиливает двигательную активность кишечника, вызывает неприятные болевые ощущения. Использовать для клизмы воду с температурой более 40 градусов опасно для здоровья.

Итак, рассмотрим способы постановки клизмы.

#### 1-й способ

Лягте на кровать ближе к краю на левый бок с согнутыми и подтянутыми к животу ногами. Под ягодицы подложите клеенку (полиэтиленовую пленку), свободный край которой опустите в ведро на случай, если не сможете удержать воду. В кружку Эсмарха налейте 1—1,5 л воды комнатной температуры, поднимите ее сверху на высоту 1—1,5 м и опустите наконечник вниз, чтобы выпустить небольшое количество воды и вместе с нею воздух из трубки. Заполните трубку (выведите немного жидкости из трубки), после чего, не опуская кружку, закройте кран на резиновой трубке. Проверьте, не разбит ли наконечник, смажьте его вазелином (мылом, растительным маслом) и, раздвинув ягодицы, введите наконечник в заднепроходное отверстие легкими вращательными движениями. Первые 3—4 см вводите наконечник по направлению к пупку, затем еще на 5—8 см — параллельно копчику. Если встречаются препятствия и трубка упирается в кишечную стенку или в твердый кал, извлеките ее на 1—2 см и откройте кран. Вода под давлением поступит в толстый кишечник. Почти сразу появится ощущение «наполнения» кишечника, позывы на стул. В эти моменты нужно уменьшить скорость подачи жидкости из кружки, закрыв кран на трубке или пережав ее. Уменьшить неприятные ощущения помогут круговые мягкие поглаживания живота.

При закупорке наконечника каловыми массами его следует извлечь, прочистить и ввести снова. Если прямая кишка наполнена калом, попробуйте размыть его струей воды. Кружку Эсмарха опорожнять нужно не полностью. Оставив на дне немного воды, чтобы в кишечник не попал воздух, закройте кран, регулирующий поступление жидкости, и извлеките наконечник.

На промежность положите заранее подготовленную прокладку (тканевую, многократно сложенную ленту туалетной бумаги и т. п.), которую нужно зажать между ног.

## **2-й способ («по Хегару»)**

Встаньте на четвереньки в ванной (коленно-локтевое положение), опираясь на один локоть, второй рукой вводите наконечник в прямую кишку.

Наконечник надо вводить медленно, осторожно, особенно при геморрое. Введя наконечник, голову и плечи опустите ниже и начинайте глубоко, но не часто дышать животом, «втягивая в себя воздух ртом или носом». Если вода вошла не вся, а вы уже чувствуете боль в кишке, перекройте краник на шланге, глубоко подышите.

Когда вода в кружке закончится, удалите наконечник, положите на задний проход заранее подготовленную прокладку.

Желательно удержать воду в течение 10 минут. Для этого следует лежать на спине и глубоко дышать. Боль, чувство распирания в животе успокаивайте поглаживанием. Если удастся, походите с введенной водой или полежите на животе. При постановке очистительной клизмы нужно следить, чтобы за один раз вводилось не более 1,5—2 л жидкости. Если необходимо поставить две клизмы подряд, следует соблюдать интервал между ними 45 минут—1 час, убедившись, что промывные воды от первой клизмы отошли полностью.

## **Заменитель очистительной клизмы**

Если вы испытываете затруднения с постановкой клизмы, существует отличная альтернатива - препарат "Микролакс".

Микролакс - готовый соляной слабительный раствор в микроклизмах по 5 мл для однократного ректального введения по 4 шт. в упаковке. Слабительный эффект от применения данного препарата наступает через 5-20 минут после введения.

Для подготовки кишки к осмотру достаточно использовать 2 микроклизмы. Как правило опорожнение наступает через 15-20 минут после ректального введения 1-ой микроклизмы, после опорожнения вводят 2-ую микроклизму. Если после введения 2-ой микроклизмы опорожнения не наступает, значит вам удалось подготовиться первой.

Микролакс действует мягко, не раздражая кишечника и не оказывая системных побочных эффектов. Учитывая безопасность Микролакса, его рекомендуют для взрослых и детей, а также для беременных и лактирующих женщин.

Правила применения Микролакса:

- Отломить пломбу на наконечнике тюбика;
- Для облегчения процесса введения нужно слегка надавить на тюбик так, чтобы капля препарата смазала кончик клизмы;
- Ввести наконечник микроклизмы в прямую кишку;
- Сдавливая тюбик, выдавить полностью его содержимое;
- Извлечь наконечник, продолжая слегка сдавливать тюбик.