

# PLENVU® کی ہدایات\*

آپ کے لیے ہدایات پر عمل کرنا ضروری ہے کیونکہ آپ کی آنت کا مکمل طور پر صاف ہونا ضروری ہے تاکہ آپ کا ڈاکٹر آپ کی آنت کی دیوار کو دیکھ سکے۔ اگر آپ کو قبض کی شکایت رہتی ہے یا خوراک تبدیل کرنے سے قبض ہو جاتا ہے، تو آپ سے جلاب آور دوا استعمال کرنے کو کہا جا سکتا ہے جو آپ کی فارمیسی کے کاؤنٹر پر دستیاب ہوتی ہے۔

طریقہ کار کی تاریخ:

منہ سے کچھ نہ کھانے کا وقت:

داخلے کا وقت:

کلینک کا نام:

فون:

## کولونوسکوپي کے تین دن پہلے - چھلکے، بیج، میوے یا دانے والی چیزیں نہ کھائیں

آپ یہ چیزیں کھا سکتے ہیں: سفید بریڈ (سالم بیج نہیں)، پٹا/ترکی روٹی، انگلش مفن، کارن فلیکس، مُرْمُرے، بغیر چربی کا گوشت (جیسے سور کا گوشت، مینا، بچھڑے کا گوشت یا چکن)، مچھلی، چھلے ہوئے پھل، چھلی ہوئی سبزیوں (چقندر نہیں)، چھلے ہوئے بھنے آلو، آلو کا بھرتہ، گرم چپس، سفید چاول، پاستا (سالم اناج نہیں)، کریکرز (کوئی بیج نہیں جیسے ساو یا جاتڑ)، انڈے، مکھن/مصنوعی مکھن، ویجیمانٹ، پرومانٹ، مارمانٹ، پنیر، کسٹرڈ، آئس کریم، چاکلیٹ (میوے والی چاکلیٹ سے پرہیز کریں)۔

ایسی چیزیں نہ کھائیں جن میں چھلکے، بیج، میوے یا دانے ہوں جیسے: مکنی، مٹر، اسٹرابیری، جام، سالم دانوں کی بریڈ، اناج، پیاز، غلے، موسلی (اناج اور پھلوں کا مرکب)، موسلی بار، میوہ یا میوے پر مشتمل کھانا، چھلکے سمیت سیب، ناشپاتی، آڑو یا شفتالو (چھلے ہوئے پھل مناسب ہیں)، چھلکے سمیت پھلوں کا مربہ، ترش پھل، انگور، ٹماٹر کے چھلکے یا بیج، دھوپ میں سکھائے ہوئے ٹماٹر، چھلکے والی شملہ مرچ، بینگن یا آلو (چھلی ہوئی سبزیوں مناسب ہیں) پھلی دانے (جیسے پکائی ہوئی پھلیاں یا لوبیا)، سرسوں، سلطانہ انگور، کشمش، بھورے چاول، سبزیوں پر مشتمل کیسرول، دالیں، جو، مٹر کی دال، ناریل، تل، سورج مکھی یا خشخاش، پھلوں کی دبی، فائبر کی تکمیلی غذائیں۔ یہ غذائیں آنتوں میں رہ سکتی ہیں۔

## خصوصی ہدایات

\*ہر ایسے مہربانی استعمال کرنے سے پہلے اپنے ڈاکٹر کی معلومات اور PLENVU® کے باکس میں دیا گیا مریض کا معلوماتی کتابچہ پڑھیں

**صاف سیال کے استعمال کے وقت - اجازت شدہ مشروبات جن کا مشورہ دیا جاتا ہے وہ یہ ہیں:** پانی، کالی چائے یا کافی (دودھ یا غیر ڈیری والا کریمر نہیں)، صاف سوپ/شوربہ، سافٹ ڈرنکس (جیسے، گیٹورڈ، پاوریڈ، کارڈیل، چھانا ہوا بغیر گودے کا پھلوں کا جوس، سیب کا صاف جوس، پیلی یا نارنجی جیلی، صارف برف-سرخ، ارغوانی، سبز یا نیلے مشروبات یا جیلی نہیں (سیاہ کشمش نہیں)۔

## صبح کا طریقہ کار

اپنے طریقہ کار سے ایک دن پہلے آپ ہلکا ناشتہ کر سکتے ہیں اور اس کے بعد ہلکا دوپہر کا کھانا کھا سکتے ہیں (جس میں چھلکے، بیج، میوے یا اناج نہ ہوں)۔ آپ کو PLENVU® شروع کرنے سے کم سے کم 3 گھنٹے پہلے اس کھانے سے فارغ ہو جانا چاہئے، پھر صرف صاف مشروبات شروع کریں۔

اپنے طریقہ کار سے پہلے پورے دن صاف مشروبات کے پینے کو یقینی بنائیں۔  
نوٹ: PLENVU® شروع کرنے سے پہلے 1 گھنٹہ کے دوران منہ سے کھائی جانے والی ادویات نہ لیں۔

**خوراک 1:** PLENVU® کے باکس میں دیئے گئے کتابچہ کے مطابق خوراک 1 (1 تھیلی) تیار کریں۔ اگر ضرورت ہو تو اس کو ٹھنڈا کر لیں۔  
\_\_\_\_\_ کو (طریقہ کار سے ایک دن پہلے) PLENVU® کی اپنی پہلی خوراک آہستہ آہستہ پئیں اور ساتھ ہی 60 منٹ کے دورانہ میں 500 ملی گرام صاف سیال پئیں۔ آپ PLENVU® اور اپنے صاف سیال کو بدل کر لے سکتے ہیں۔

**خوراک 2:** PLENVU® کے باکس میں دیئے گئے کتابچہ کے مطابق خوراک 2 (2 تھیلی) تیار کریں۔ اگر ضرورت ہو تو اس کو ٹھنڈا کر لیں۔  
\_\_\_\_\_ کو (طریقہ کار کے دن) PLENVU® کی دوسری خوراک آہستہ آہستہ پئیں اور ساتھ ہی 60 منٹ کے دورانہ میں 500 ملی گرام صاف سیال پئیں۔ آپ PLENVU® اور اپنے صاف سیال کو بدل کر لے سکتے ہیں۔

آپ اپنے منہ سے کچھ نہ کھانے کے وقت \_\_\_\_\_ تک صاف سیالوں کو پینا جاری رکھ سکتے ہیں

نوٹ: یہ پروٹکٹ آپ کو پانی دار اسپہال دینے کے لیے تیار کیا گیا ہے اس لیے بیت الخلاء سے قریب رہیں۔ اسپہال سے قبل آپ مقعد کے حصہ پر حفاظتی کریم یا مریم (لینولن، ویسلین یا ایم-اولین) لگا سکتے ہیں۔ اگر آپ تیاری کے کسی بھی پہلو کے بارے میں پریقین نہیں ہیں یا آپ کو منفی رد عمل یا کوئی پریشانی درپیش ہو تو اپنے ڈاکٹر یا نرس کو اس نمبر پر کال کریں جو آپ کو دیا گیا ہے۔

## دوپہر کا طریقہ کار

اپنے طریقہ کار سے ایک دن پہلے، آپ ہلکا ناشتہ کر سکتے ہیں اور اس کے بعد ہلکا دوپہر کا کھانا کھا سکتے ہیں اور رات کے کھانے میں صاف سوپ اور/یا سادہ دہی لے سکتے ہیں (کوئی چھلکے دار، بیج، میوے یا دانے والی چیز نہیں)۔ آپ کو رات 8 بجے تک شام کے کھانے سے فارغ ہو جانا چاہئے اور پھر صرف صاف سیال جاری رکھیں۔

اپنے طریقہ کار کے پورے دن صاف سیالوں کا پینا یقینی بنائیں۔  
نوٹ: PLENVU® شروع کرنے سے پہلے 1 گھنٹہ کے دوران منہ سے کھائی جانے والی ادویات نہ لیں۔

**خوراک 1:** PLENVU® کے باکس میں دیئے گئے کتابچہ کے مطابق خوراک 1 (1 تھیلی) تیار کریں۔ اگر ضرورت ہو تو اس کو ٹھنڈا کر لیں۔  
\_\_\_\_\_ کو (طریقہ کار کے دن) PLENVU® کی اپنی پہلی خوراک آہستہ آہستہ پئیں اور ساتھ ہی 60 منٹ کے دورانہ میں 500 ملی گرام صاف سیال پئیں۔ آپ PLENVU® اور اپنے صاف سیال کو بدل کر لے سکتے ہیں۔

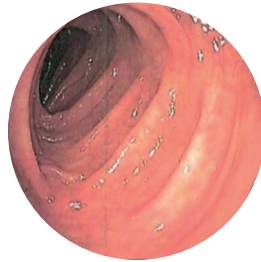
**خوراک 2:** PLENVU® کے باکس میں دیئے گئے کتابچہ کے مطابق خوراک 2 (2 تھیلی) تیار کریں۔ اگر ضرورت ہو تو اس کو ٹھنڈا کر لیں۔  
\_\_\_\_\_ کو (طریقہ کار کے دن) PLENVU® کی دوسری خوراک آہستہ آہستہ پئیں اور ساتھ ہی 60 منٹ کے دورانہ میں 500 ملی گرام صاف سیال پئیں۔ آپ PLENVU® اور اپنے صاف سیال کو بدل کر لے سکتے ہیں۔

آپ اپنے منہ سے کچھ نہ کھانے کے وقت \_\_\_\_\_ تک صاف سیالوں کو پینا جاری رکھ سکتے ہیں

نوٹ: یہ پروٹکٹ آپ کو پانی دار اسپہال دینے کے لیے تیار کیا گیا ہے اس لیے بیت الخلاء سے قریب رہیں۔ اسپہال سے قبل آپ مقعد کے حصہ پر حفاظتی کریم یا مریم (لینولن، ویسلین یا ایم-اولین) لگا سکتے ہیں۔ اگر آپ تیاری کے کسی بھی پہلو کے بارے میں پریقین نہیں ہیں یا آپ کو منفی رد عمل یا کوئی پریشانی درپیش ہو تو اپنے ڈاکٹر یا نرس کو اس نمبر پر کال کریں جو آپ کو دیا گیا ہے۔



ناقص تیاری



بہترین تیاری



Norgine Sverige AB  
Mäster Samuelsgatan 60,  
8th floor, 111 21 Stockholm,  
norgine.se

Norgine Norge AS  
Postboks 1935 Vika  
0125 Oslo  
norgine.no

Norgine Danmark A/S  
Kirsten Walthers Vej 8A, 2.  
2500 Valby  
norgine.dk

یہ معلومات PLENVU® کے باکس میں دیئے گئے مریض کے معلوماتی کتابچہ پر مبنی ہے۔

PLENVU, NORGINE and the sail logo are registered trademarks of the Norgine group of companies.