



Manual de Preparo de Exames Especiais

Edição 3 - Julho de 2024

Orientações essenciais para a preparação adequada de exames médicos como colonoscopia, ultrassom, M.A.P.A, Holter e outros.

Olá!

Nosso manual de preparo de exames médicos é um guia essencial para garantir uma avaliação precisa da sua saúde. Portanto, estas instruções devem ser seguidas com atenção.

Cada exame tem suas exigências e particularidades. É neste material que você vai encontrar as orientações gerais e específicas para cada tipo de procedimento – desde jejum adequado até restrições de medicamentos. Além disso, oferecemos dicas valiosas para garantir seus cuidados durante todo o processo.

Mas lembre-se que estes direcionamentos são gerais. Caso o médico que o acompanhe tenha fornecido instruções diferentes, faça conforme orientado por ele.

Conte conosco para cuidar da sua saúde e não hesite em nos contatar em caso de dúvidas. ❤️

Vamos lá?

Atenciosamente,

Equipe Norden

ÍNDICE

04 ORIENTAÇÕES GERAIS

05 COLONOSCOPIA

07 ECOCARDIOGRAMA POR ESTRESSE FARMACOLÓGICO

08 ENDOSCOPIA DIGESTIVA ALTA

09 HOLTER DE 24H

11 M.A.P.A. 24H

12 TESTE ERGOMÉTRICO/TESTE DE ESFORÇO

13 ULTRASSONOGRRAFIA

14 BIOIMPEDÂNCIA

Veja quais são as instruções que TODOS os pacientes devem seguir.

Apesar de cada exame ter seu preparo específico, alguns deles têm preparos e orientações em comum. Confira atentamente cada um deles e siga-os rigorosamente:

- Trazer pedido médico e documentos pessoais. Caso já tenha feito o exame antes, traga-o no dia agendado.
- Caso não traga guia autorizada com o pedido médico ou não venha acompanhado (em caso de exames com acompanhante obrigatório), o exame não será realizado.
- Menores de 18 anos devem estar acompanhados por um responsável legal.

Lembre-se que, apesar de não serem exames complexos, fazer você se sentir seguro e o mais confortável possível é muito importante para nós. Estamos disponíveis lhe dar suporte em quaisquer questões que surgirem. Não hesite em nos contatar pelo telefone, Whatsapp ou pelo chat do site:

  16 **3363-2200**
 **meunorden.com**

Colonoscopia



O que é o exame

• É uma investigação que verifica o intestino grosso e a parte final do intestino delgado. Nesse exame é possível detectar câncer colorretal ou possíveis doenças inflamatórias, como doença de Crohn ou retocolite ulcerativa.



Como é realizado

• Depois da anestesia intravenosa, o médico introduz o colonoscópio no paciente. O aparato é um tubo flexível com uma câmera que registra e mostra em tempo real os tecidos do indivíduo em busca de indicativos de doenças.

• Relembramos que o exame é rápido e o paciente recebe monitoramento cardíaco e de oxigenação. Portanto, não há motivos para nervosismo: cuidar e assegurar seu bem-estar sempre será nossa prioridade.



Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 30min de antecedência.
- Comparecer com acompanhante, que deverá permanecer na unidade até o fim do exame.



Medicação pré-exame

• **Cinco dias antes do exame:** se for o seu caso, suspender o uso de anticoagulantes (Clopidogrel, Marevan, Warfarin, etc.) ou bloqueadores de secreção ácida (Omeprazol, Pantoprazol, Ranitidina, etc.).

• **Dois dias antes do exame**

14h: tomar dois comprimidos de Dulcolax.

19h: tomar dois comprimidos de Dulcolax.

• **Um dia antes do exame:** se for o caso, suspenda o uso de Clexane.

8h: tomar um comprimido de Dulcolax.

14h: tomar dois comprimidos de Dulcolax.

15h: tomar 250ml de soro Manitol 20% (1 frasco) misturado com suco de um limão. Em seguida, tomar dois litros de líquido de cor clara.

20h: tomar 500ml de soro Manitol 20% (dois frascos) misturado com suco de dois limões e um frasco de Flagass de 10ml. Em seguida, tomar dois a 3 litros de líquido de cor clara.

• Se não encontrar Manitol nas farmácias: fazer o preparo com Picoprep dois dias antes conforme já mencionado. **Um dia antes do exame:**

Se for o caso, parar de tomar Clexane um dia antes do exame.

8h: tomar um comprimido de Dulcolax.

14h: tomar dois comprimidos de Dulcolax.

15h: tomar um sachê de Picoprep em 150ml de água. Em seguida, tomar 1,5 litros de líquidos de cor clara.

20h: tomar um sachê de Picoprep e um frasco de Flagass de 10 ml em 150ml de água. Em seguida, tomar um litro de líquido de cor clara.

Colonoscopia

• **No dia do exame:** se for o caso, não tomar remédio de diabetes. Remédios de pressão e tireóide podem ser tomados com água em pequena quantidade.

Dieta

• **Iniciar dois dias antes do exame:** comer um miojo no almoço e um miojo na janta, nos dois dias de preparo. Tomar líquidos de cor clara em abundância (como água, água de coco, gatorade) até 6h antes do exame. Lembre-se que, quanto mais líquido ingerir, melhor será o preparo intestinal.

• **Um dia antes do exame:** não comer após às 20h.

Vestimenta

• Não ir para o exame com adornos como brincos, colares, pulseiras, anéis, relógios e piercings.

Ecocardiograma por Estresse Farmacológico

O que é o exame

• É um tipo de ultrassom que permite detectar a contração do coração durante exercício físico e em repouso com o estímulo medicamentoso – o estresse farmacológico.

Como é realizado

• Ao longo do exame, o paciente deve se exercitar na esteira rolante. A cada três minutos, ele recebe o medicamento via intravenosa, em doses crescentes. Durante a avaliação, a pressão arterial, o ritmo cardíaco e os níveis de oxigênio no sangue são monitorados.

Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 40min de antecedência.
- O tempo médio de duração do exame é 40min.
- Após o exame, permanecer em repouso durante 1h. Retornar à rotina normal, sem restrição de dietas, 60min depois.

Medicação pré-exame

• Fica a critério do médico do paciente a necessidade ou não da suspensão das medicações de uso contínuo.

Vestimenta

• Usar roupas confortáveis, preferencialmente duas peças.

Outras orientações

• Se houver suspeita de gravidez o exame não deverá ser realizado.

Endoscopia Digestiva Alta

O que é o exame

• É uma investigação para identificar as doenças do aparelho digestório, desde o esôfago, passando pelo estômago até a porção inicial do duodeno. Pode confirmar (ou não) doenças como gastrite, esofagite, câncer de estômago, entre outros.

Como é realizado

• Depois da anestesia intravenosa, o médico introduz o endoscópio no paciente. O aparato é um tubo flexível com uma câmera que registra e mostra em tempo real os tecidos do indivíduo em busca de indicativos de doenças.

• Relembramos que o exame é rápido e o paciente recebe monitoramento cardíaco e de oxigenação. Portanto, não há motivos para nervosismo: cuidar e assegurar seu bem-estar sempre será nossa prioridade.

Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 1h de antecedência.
- Comparecer com acompanhante, que deverá permanecer na unidade até o fim do exame.

Medicação pré-exame

- **Cinco dias antes do exame:** se for o seu caso, suspender o uso de anticoagulantes (Clopidogrel, Marevan, Warfarin, etc.) ou bloqueadores de secreção ácida (Omeprazol, Pantoprazol, Ranitidina, etc.).
- Se for o caso, parar de tomar Clexane um dia antes do exame.
- **No dia do exame:** tomar 60 gotas de Simeticona diluído em 100ml de água uma hora antes do exame. Se for o caso, não tomar remédio para diabetes.

Dieta

- **Exame pela manhã:** alimentação leve até às 20h do dia anterior. Pode-se ingerir líquido até 6 horas antes do exame, em pequena quantidade. Não tomar café, leite, iogurte, sucos de cor escura ou refrigerante.
- **Exame pela tarde:** alimentação normal no dia antecedente ao exame. Fazer jejum 6h antes do exame. Não tomar leite, apenas um copo de líquido de cor clara e duas torradas.

Vestimenta

- Não vir com adornos como brincos, colares, pulseiras, anéis, relógios e piercings.
- Trazer uma toalha de rosto.

Holter de 24h (Eletrocardiograma de Longa Duração)



O que é o exame

• Investiga a presença de arritmias cardíacas e irregularidades no ritmo no coração. Também verifica se há falta de oxigênio no músculo cardíaco. Esse exame é indicado quando o paciente apresenta palpitações, tonturas, desmaios, dor no peito, entre outros.



Como é realizado

- O exame é completamente indolor e não invasivo. São fixados eletrodos no tórax do paciente, conectados a um aparelho preso na cintura.
- O indivíduo deve ficar com o dispositivo durante 24h, instalando-o e retirando-o no Norden Hospital.



Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 20min de antecedência.



Medicação pré-exame

- Não suspender medicações de uso diário exceto se houver solicitação médica.



Dieta

- Evitar consumo de álcool e bebidas com cafeína.



Vestimenta

- Utilizar roupas com duas peças. A blusa deve ter a manga bem folgada ou bem curta. O ideal é uma camiseta de malha.
- Usar cinto para que seja possível a fixação do dispositivo no local correto.



Higiene

- Tomar banho antes de instalar o MAPA, pois o paciente não poderá fazê-lo durante o período do exame.
- Não usar cremes na pele do tórax antes do procedimento.
- Se for o caso, depilar a região do tórax para instalação dos eletrodos.

Holter de 24h (Eletrocardiograma de Longa Duração)

⚠ Outras Orientações

- Manusear o aparelho de maneira cuidadosa: não se deve bater, sujar, molhar ou deixar cair o aparelho. Caso ocorra algum dano, o paciente será responsável pelos custos do conserto.
- Não puxar os cabos do aparelho.
- Portadores de marcapasso devem trazer a carteirinha de identificação do aparelho para cópia das informações. A falta dessas informações prejudica e até impede a análise e interpretação do exame.

M.A.P.A. 24h (Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial)



O que é o exame

- É um dispositivo que irá fazer medição automática da pressão arterial ao longo de 24h para acompanhar e diagnosticar hipertensão ou hipotensão arterial.



Como é realizado

- O exame é completamente indolor e não invasivo. Um dispositivo é colocado na cintura do paciente e conectado a um fino tubo plástico, que por sua vez é acoplado a uma braçadeira que ficará no braço do indivíduo.
- O aparelho irá medir a pressão do paciente a cada 20 minutos durante o dia e 30 minutos durante a noite. O indivíduo deve ficar com o dispositivo durante 24h, instalando-o e retirando-o no Norden Hospital.



Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 20min de antecedência.



Medicação Pré-exame

- Não suspender medicações de uso diário exceto se houver solicitação médica.



Vestimenta

- Usar roupas confortáveis, com duas peças.
- Usar cinto para que seja possível a fixação do dispositivo no local correto.



Higiene

- Tomar banho antes de instalar o MAPA, pois o paciente não poderá fazê-lo durante o período do exame.



Outras Orientações

- Manusear o aparelho de maneira cuidadosa: não se deve bater, sujar, molhar ou deixar cair o aparelho. Caso ocorra algum dano, o paciente será responsável pelos custos do conserto.
- Não fazer exercícios físicos durante o período em que estiver com o aparelho.
- Não desligar o aparelho ou retirar o manguito do braço, pois irá prejudicar a análise das informações coletadas.

Teste Ergométrico/Teste de Esforço

O que é o exame

• É um rastreio para avaliar o funcionamento cardiovascular enquanto o paciente é gradualmente submetido a exercícios físicos em esteira rolante.

Como é realizado

• São colocados eletrodos no tórax do paciente para registro de eletrocardiograma. Ao longo do exame, o paciente deve se exercitar na esteira rolante. Durante o exame, o aparelho irá rastrear a frequência cardíaca e a pressão arterial do indivíduo antes, durante e após o esforço físico.

Horário de comparecimento

• Chegar 30min antes do horário agendado.

Medicação Pré-exame

• **Três dias antes do exame:** suspender o uso dos medicamentos Atenolol, Metoprolol, Bisoprolol, Propranolol, Nebivolol, Carvedilol, Diltiazem, Verapamil, Anlodipino e Nifedipino. Porém, se o seu médico orientou manter a medicação, seguir as instruções por ele recomendadas.

• **Na véspera do exame:** suspender Sustrate, Propatilnitrito, Monocordil, Isordil, Mononitrato de lossorbida e Dinitrato de lossorbida. Seguir orientações do seu médico caso ele tenha indicado não suspendê-los.

Dieta

• É necessário realizar uma refeição leve ou um lanche natural até 30min antes do exame. O teste não deve ser realizado em jejum.

• Não tomar bebida alcoólica, café preto, chá e estimulantes antes do exame.

Vestimenta

• Usar roupas confortáveis e tênis para o exercício físico. O exame não pode ser realizado descalço ou com outro calçado.

• Pacientes do sexo feminino devem usar top de ginástica com tiras finas ou sutiã adequado. O tórax deve ficar exposto durante a realização do exame.

Higiene

• Tomar banho apenas com sabonete e não utilizar cremes ou óleos hidratantes.

• Pacientes do sexo masculino devem depilar toda a região do tórax anterior e abdome antes de realizar o exame para a fixação dos eletrodos e, conseqüentemente, melhor qualidade do exame.

Ultrassonografia

O que é o exame

• É um exame que utiliza ondas sonoras de alta frequência para formar imagens do corpo humano. Muito utilizado durante o pré-natal, o ultrassom ajuda o médico avaliar as estruturas de partes moles do corpo. No Norden há disponibilidade para a análise de abdômen total, abdômen superior e órgãos superficiais (fígado, vesícula biliar, pâncreas, ductos biliares e veia porta), aparelho urinário, próstata, transvaginal e de mama.

Como é realizado

• O paciente fica deitado em uma maca durante todo o exame. Primeiramente, o médico aplica gel condutor na região avaliada. Em seguida, desliza no local um pequeno aparelho chamado transdutor enquanto analisa e identifica as estruturas anatômicas em uma tela.

Horário de comparecimento

• Chegar no Norden Hospital com 20min de antecedência.

Dieta

• **Para ultrassom de abdômen total:** se for realizado pela manhã, fazer jejum de 8 horas; se for pela tarde, jejum de 6 horas. Em ambos os casos, tomar de 4 a 6 copos de água antes do exame (bexiga deve estar cheia).

• **Para ultrassom de abdômen superior e órgãos superficiais:** se for realizado pela manhã, fazer jejum de 8 horas; se for pela tarde, jejum de 6 horas.

• **Ultrassom de aparelho urinário ou ultrassom de próstata:** tomar de 4 a 6 copos de água antes do exame (bexiga deve estar cheia).

Outras Orientações

• Caso a menstruação esteja com fluxo muito intenso, remarcar o exame de ultrassom transvaginal.

• Se o ultrassom de mama for complementar à mamografia, é obrigatório levar este e outros exames anteriores no dia da ultrassonografia. Caso contrário, o exame não será realizado.

Bioimpedância

O que é o exame

• A bioimpedância é um método utilizado para estimar a composição corporal, através da medição da resistência elétrica dos tecidos do corpo. Este exame pode ser utilizada para avaliar parâmetros como a porcentagem de gordura corporal, de massa muscular, entre outros.

Como é realizado

• O exame é completamente indolor e não invasivo. O paciente irá subir em uma balança de bioimpedância e segurar com as duas mãos uma barra com sensores conectada na balança.

• Em segundos o aparelho irá analisar o peso corporal, a massa de músculo esquelético, a massa de gordura corporal, o índice de massa corporal, o percentual de gordura do corpo e a taxa de metabolismo basal.

Horário de comparecimento

• Chegar 30min antes do horário agendado.

Medicação pré-exame

• Não fazer o exame durante o uso de diuréticos (se utilizar, informar no momento do exame).

Dieta

• Jejum alimentar e líquido de no mínimo 2 horas.

• Não ingerir álcool e cafeína (café, chocolate, chás, energéticos, refrigerantes, etc) 24 horas antes do exame.

• Coma normalmente na véspera e no dia do exame, mas de preferência a alimentos mais leves.

Vestimenta

• Não vir com adornos como brincos, colares, pulseiras, anéis, relógios e piercings.

• Usar roupas leves.

Outras orientações

• Não se exercitar e/ou tomar banho antes do teste.

• Não utilizar cremes nas mãos e nos pés no dia do exame.

• Esvaziar a bexiga antes do teste.

• Se possuir marca-passo ou outro dispositivo médico implantado, informar antes do exame.

NORDEN HOSPITAL

Responsável Técnico: Dr. Antonio Carlos Pinotti | CRM/SP 44.539