

**Como Proceder a la toma
del liquido para limpiar el intestino
HOW TO SURVIVE A BOWEL PREP**

- He ayudado muchas personas con éste proceso y he aprendido muchas de mis pacientes. Prepárese mentalmente, decida que usted va a hacerlo y simplemente hágalo.
- Coma ligeramente un par de días antes de la preparación para limpiar el intestino. Coma más frutas y verduras frescas, reduzca las carnes y los productos lácteos. Esto hará más fácil que sus intestinos se vacíen y queden limpios.
- A veces la mezcla (purgante, Bowel-Prep) enfriada sabe mejor. Una forma de enfriarla rápido es cubriendo el envase con hielo por unos minutos en un recipiente.
- Para no sentir molestia del sabor tome la mezcla (purgante, Bowel-Prep) con un sorbete para mantener el sabor lejos de la boca y bébala lo más rápido posible. Tan pronto usted se haya bebido la mezcla puede mascar un chicle (goma de mascar) o comer un caramelo para eliminar el sabor que le deja la mezcla en la boca. Esté seguro que lo que ingiere este en la lista de productos aprobados por su doctor.
- La mezcla (purgante, Bowel-Prep) tomará cierto tiempo para comenzara a trabajar, si usted desea podría tomar algún liquido como ginger-ale, limonada, jugo de manzana; siempre y cuando esté aprobado por su doctor.
- Si usted tiene hemorroides esté seguro que tenga alguna pomada (crema para las hemorroides) para aliviarla en caso que la necesite, es preferible la que contenga un poco de anestesia.
- Si usted se siente mal después de beber la mezcla prepare un pañuelo con perfume o alcohol y preséntelo en la punta de la nariz hasta que pase el malestar.
- Haga su propio plan para beber la mezcla la cual lo-(la) mantenga cerca del baño, cerca del televisor o un libro para leer y así pasará el tiempo lo más cómodo posible, tenga a mano la mezcla (purgante, Bowel-Prep), la crema para aliviar el malestar de la hemorroide, un pañuelo y perfume preferido, un caramelo o goma de mascar para eliminar el mal gusto que le deja la mezcla. Asi que prepárese con anticipado para esta pequeña aventura. Y es muy importante que el cuarto de baño no tenga que compartirlo con otros durante este tiempo.

Buenas suerte y recuerde que otros lo han pasado sin problema y han sobrevivido.

NOTA : Si usted tiene una mala reacción al ingerir la solución (Bowel-Prep.) llame a la oficina de Mirjano (941) 744-2700 inmediatamente para recibir instrucciones.