

Cooloscopie !

Comment vivre sereinement
sa coloscopie ?



les **hépto-**
gastroentérologues

de la **SNFGE**



SOMMAIRE

La coloscopie, kézako ? 4

La coloscopie, ça sert à quoi ? 6

La coloscopie en 10 étapes 8

15 questions tabous sur la coloscopie 10

Vous devez passer une coloscopie ?
Tout savoir pour bien se préparer ! 12

La coloscopie, d'autres moyens
de vous informer 14

La coloscopie, kézako ?

L'examen indispensable des pathologies du tube digestif

La coloscopie est un outil indispensable en gastroentérologie. C'est un examen visuel du côlon qui permet non seulement de diagnostiquer et de traiter diverses pathologies du tube digestif, mais aussi de prévenir des maladies graves comme le cancer colorectal.

Explorer

La coloscopie est particulièrement efficace pour détecter les polypes, qui sont des excroissances pouvant évoluer en cancer colorectal. En retirant ces polypes lors de l'examen, on réduit considérablement le risque de cancer.

Prévenir & agir

Lors de la coloscopie, si l'hépatogastroentérologue détecte des polypes ou d'autres lésions, il pourra réaliser l'ablation de ceux-ci ou des prélèvements à visée diagnostique.

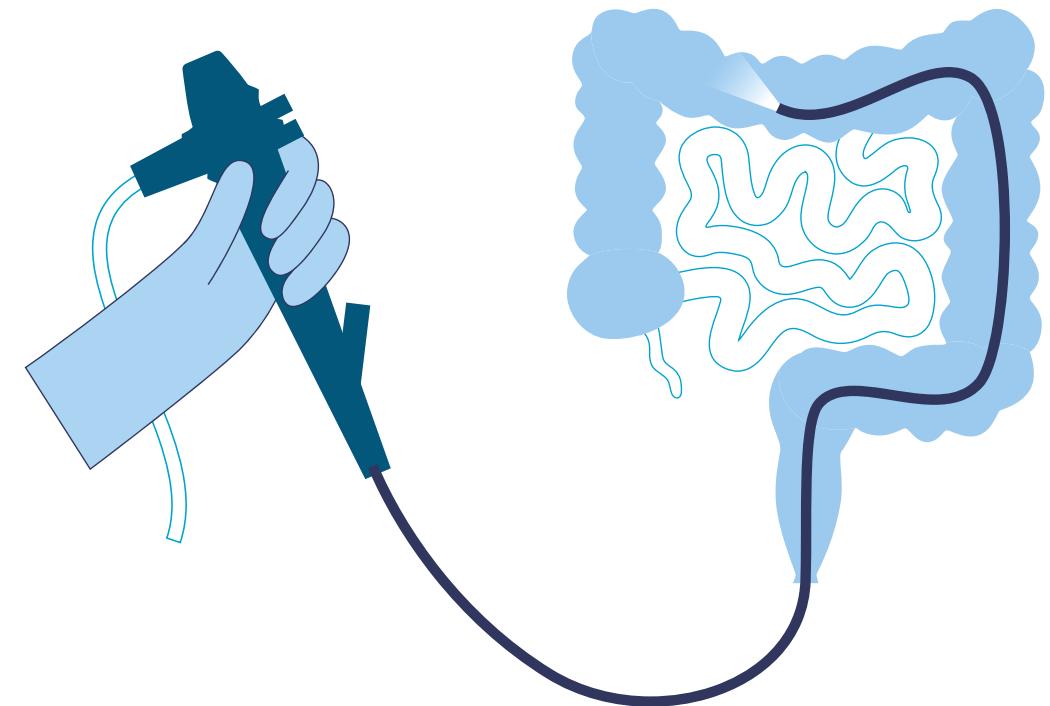
Cet examen est généralement réalisé sous anesthésie courte. Cela signifie que vous êtes endormi(e) pendant l'examen et vous ne ressentez rien.

L'ENDOSCOPE, UNE TECHNOLOGIE DE POINTE

Le matériel utilisé pour réaliser la coloscopie est un matériel de haute technologie.

Cet instrument flexible est miniaturisé et muni d'une caméra qui permet de visualiser des lésions de seulement quelques millimètres.

Avec les progrès technologiques en matière de traitement de l'image, il est aujourd'hui possible d'effectuer une analyse à l'échelle microscopique de la surface muqueuse.





La coloscopie, ça sert à quoi ?

Un outil diagnostique et thérapeutique

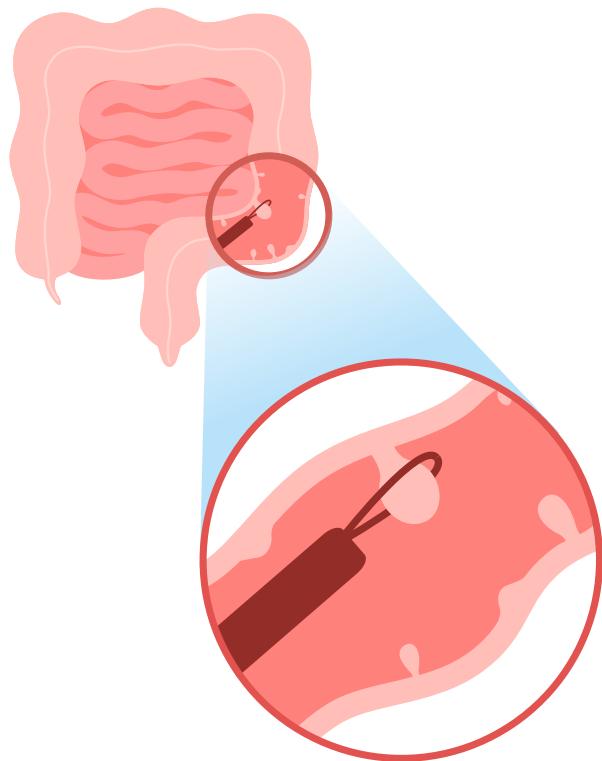
La coloscopie permet d'écarter, d'établir ou de confirmer un diagnostic d'une maladie de l'intestin, du côlon ou du rectum. Elle permet aussi, dans certains cas, d'agir pendant l'examen en traitant les lésions visualisées.

Détection et ablation des polypes

La coloscopie permet de détecter les polypes qui sont des excroissances pouvant évoluer en cancer colorectal. En retirant ces polypes lors de l'examen on réduit considérablement le risque de cancer.

Détection du cancer colorectal

La coloscopie permet d'établir ou d'écarter le diagnostic de cancer colorectal en réalisant des prélèvements de la tumeur.



Diagnostic des maladies inflammatoires chroniques de l'intestin

Elle permet également de diagnostiquer des maladies inflammatoires chroniques de l'intestin (MICI), telles que la maladie de Crohn et la rectocolite hémorragique.

Recherche d'une cause de saignements intestinaux

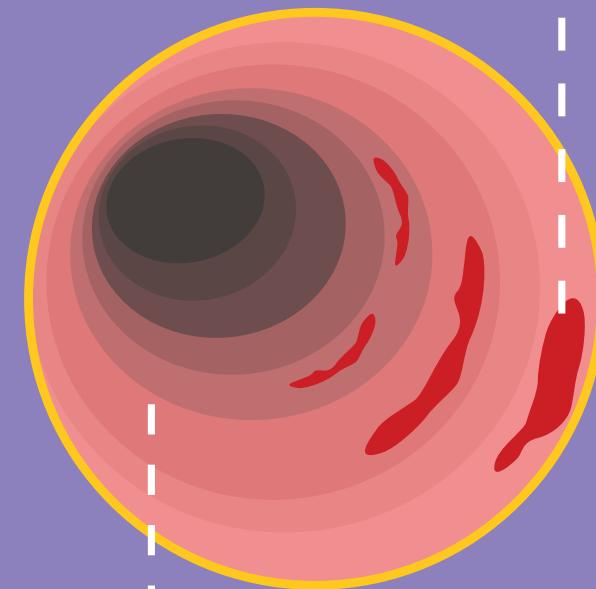
En cas de saignements intestinaux inexplicables, la coloscopie est l'outil de choix pour identifier la source du saignement, qu'il s'agisse de diverticules, d'ulcères ou de tumeurs.

Surveillance et suivi

Pour les patients ayant des antécédents de polypes ou de cancer colorectal, la coloscopie est essentielle pour la surveillance régulière et le suivi post-traitement. Elle permet de détecter toute récurrence ou nouvelle anomalie.



Ulcération superficielle



Muqueuse intestinale normale



LE DÉPART : la consultation initiale

L'hépatogastroentérologue vous expliquera les raisons de la coloscopie, les bénéfices, les risques et le déroulement de l'examen. Une fiche d'information vous sera remise (voir exemple page 15)

1



Consultation d'anesthésie

Le médecin anesthésiste vérifiera votre état de santé pour effectuer l'anesthésie en toute sécurité et vous donnera des consignes de jeûne à respecter impérativement avant la coloscopie.

2



Préparation alimentaire

1 à 3 jours avant l'examen, il sera nécessaire de suivre un régime pauvre en fibres appelé régime sans résidu (voir page 12)

3

UNE BONNE PRÉPARATION EST
GAGE D'UNE BONNE COLOSCOPIE.

Introduction de l'endoscope

L'hépatogastroentérologue introduit l'endoscope par l'anus pour explorer le côlon. L'endoscope est un tube fin et flexible doté à son extrémité d'une caméra.



6



Anesthésie

L'examen se fait généralement sous anesthésie générale courte pour assurer votre confort.

5



À jeun

Les 6 heures qui précèdent l'examen : ne pas manger, ne pas fumer. Les 2-3 heures qui précèdent l'examen : ne pas boire.

4

Prise de la préparation (purgé)

La prise de la préparation colique (purgé) s'effectue en deux fois : la veille au soir et le jour même 4 à 5 heures avant l'examen, ou le jour même selon l'heure de l'examen. La solution laxative permettra de nettoyer votre côlon. Prévoyez du temps pour la boire.



7



Exploration et intervention

L'hépatogastroentérologue examine les parois du côlon et peut retirer des polypes ou effectuer des biopsies si nécessaire.

8



Fin de l'examen

L'examen dure généralement une trentaine de minutes. Après l'examen, vous serez surveillé(e) jusqu'à ce que les effets de l'anesthésie se dissipent.

9



Retour à la maison

Il vous sera demandé qu'un de vos proches vienne vous chercher pour vous raccompagner chez vous et de ne pas rester seul(e) la nuit qui suit.

10

Résultats et suivi

Les résultats de l'endoscopie vous seront immédiatement communiqués par votre hépatogastroentérologue après l'examen. Les résultats des prélèvements vous seront délivrés secondairement. Votre médecin vous communiquera des résultats et le suivi ultérieur si nécessaire.



Les

12

questions tabous

(celles que vous n'osez peut-être pas poser à votre médecin)

et 3 questions pratiques

AVANT L'EXAMEN



1

Est-ce que je peux avoir des accidents de selles pendant la préparation ? Est-ce que je vais faire « accidentellement » en route pour l'hôpital ?

Réponse : Non, la préparation accélère le transit, mais en suivant le planning donné par l'hépatogastroentérologue, vous devriez avoir terminé avant de quitter votre domicile. S'il y a une durée de transport trop longue, prévoyez une protection au cas où.

2

Est-ce que je peux manger quelque chose de particulier pour éviter d'avoir des selles malodorantes ?

Réponse : Non, car la préparation n'induit pas de selles malodorantes mais il faut respecter le régime sans résidu et le planning de la préparation.



3

Est-ce que je peux avoir des relations sexuelles avant la coloscopie ?

Réponse : Oui, si vous le souhaitez, il n'y a pas de contre-indications particulières.

4

Est-ce que je dois rester à jeun la journée avant l'examen ?

Réponse : Non, il ne faut ni manger, ni fumer au moins 6 heures avant la coloscopie et respecter le régime sans résidu ainsi que le planning de préparation. Et il ne faut pas boire pendant les 2-3 heures qui précèdent l'examen.

5

Puis-je boire autre chose que la préparation ?

Réponse : Oui, car la solution laxative que vous prendrez pour la purge ne calme pas la soif. Il est recommandé de bien s'hydrater avec de l'eau, en plus de la préparation.

PENDANT L'EXAMEN

6

Est-ce que je vais être complètement nu pendant la coloscopie ?

Réponse : Absolument pas. Le personnel soignant prend des mesures pour préserver votre intimité. Une blouse est fournie et la zone nécessaire est recouverte d'un drap de protection.

7

Est-ce embarrassant pour le médecin ?

Réponse : Non, les hépatogastroentérologues qui réalisent des coloscopies sont des spécialistes formés à cet examen et le font quotidiennement. Pour eux, c'est une procédure médicale comme une autre. Ils ne jugent pas leurs patients.

8

Est-ce que l'examen va être douloureux ?

Réponse : Non, une coloscopie n'est pas douloureuse, surtout si elle est réalisée sous anesthésie.

9

Est-ce que je vais perdre le contrôle de mes selles pendant l'examen ?

Réponse : Non, la préparation permet d'avoir un côlon vide et d'éviter les fuites de selles. En cas de besoin, l'endoscope peut aspirer certains résidus liquides.

10

Est-ce que je vais devoir montrer mes parties intimes à plusieurs personnes ?

Réponse : Non, les parties intimes sont masquées par un drap.

11

Que faire si j'ai mes règles le jour de la coloscopie ?

Réponse : Ce n'est pas un problème. Informez simplement l'équipe médicale, et vous pourrez porter un tampon si vous êtes plus à l'aise. Cela ne gênera pas la réalisation de l'examen.

APRÈS L'EXAMEN

12

Est-ce que je vais avoir mal après ?

Réponse : Non, mais vous pourriez ressentir un léger inconfort ou des ballonnements à cause de l'air insufflé dans le côlon, mais cela disparaît rapidement après l'examen.

13

Est-ce que je vais avoir des saignements après la coloscopie ?

Réponse : Oui, s'il y a une ablation de polype ou la réalisation de biopsies, un saignement de faible abondance occasionnel peut arriver. Cela est sans gravité dans la majorité des cas. Si le saignement se reproduit ou s'il est en grande quantité, il faut consulter rapidement.

14

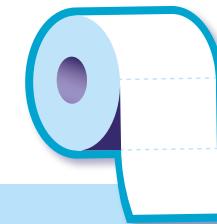
Est-ce que je vais devoir aller aux toilettes immédiatement après l'examen ?

Réponse : Non, votre côlon est vide et le temps qu'il se remplit, vous avez un peu de temps avant de reprendre votre transit habituel.

15

Est-ce que je peux reprendre mes activités normales tout de suite après et travailler le lendemain ?

Réponse : Oui, dès votre sortie vous pourrez reprendre une activité normale. Néanmoins, si vous avez eu une anesthésie générale, la conduite n'est pas autorisée. Vous pourrez reprendre le travail, le lendemain. Il n'y a pas besoin d'arrêt de travail.



Vous devez **passer** **une coloscopie ?**

Tout savoir pour **bien se préparer !**

Une bonne préparation est gage d'une bonne coloscopie

Une bonne préparation est l'étape indispensable au bon déroulement et à l'efficacité de l'examen. Vous ne devez négliger aucune étape.

Votre hépato-gastroentérologue vous remettra les consignes à suivre pour la préparation à l'examen qui comprend le suivi d'un régime sans résidu à débiter de 1 à 3 jours avant l'examen et la prise d'une purge avec une solution laxative pour nettoyer votre côlon.

Un régime sans résidu, c'est quoi ?

Un régime sans résidu est un régime pauvre en fibres. Cela signifie qu'il ne contient pas d'aliments riches en fibres comme les fruits et légumes.

Il faudra bien suivre les consignes qui vous auront été données par votre médecin hépato-gastroentérologue car elles auront été établies pour votre cas particulier.

Voici quelques exemples des **aliments autorisés ou interdits :**

- ❌ Pas de pain
- ❌ Pas de légumes ni pommes de terre
- ❌ Pas de fruits
- ❌ Peu de corps gras (pas de fritures)
- ❌ Pas de boissons gazeuses, jus de fruits, vin ou boissons alcoolisées
- ❌ Pas de lait ou laitages type yaourts
- ✅ Viandes maigres (jambon, volaille sans peau, bœuf, veau)
- ✅ Poisson (grillés, au four, au court bouillon)
- ✅ Œufs (durs, coque, pochés, cuits sans graisse)
- ✅ Riz, pâtes, semoule
- ✅ Fromages cuits (type emmenthal, tomme, cantal...)
- ✅ Bouillons
- ✅ Biscotte uniquement à base de farine blanche
- ✅ Boissons : eau, thé, café léger

LA PRÉPARATION (PURGE)

Pour examiner toute la paroi du côlon, celui-ci doit avoir été vidé de son contenu fécal et la paroi doit être propre. Pour cela votre médecin hépato-gastroentérologue vous demandera de prendre une solution dite de préparation ou purge. Les horaires de prise doivent être respectés.

La prise de la préparation colique (purge) s'effectue en deux fois : la veille au soir et le jour même 4 à 5 heures avant la coloscopie, ou le jour même selon l'heure de l'examen. Vous allez avoir la diarrhée, ce n'est pas agréable mais obligatoire.

Il faudra arrêter toute alimentation solide et de fumer au moins 6 heures avant la coloscopie, et ne plus consommer de liquides 2-3 heures avant l'examen en suivant les recommandations de votre médecin.



Trucs et astuces

...

...pour bien vivre la préparation

- En cas de constipation, traitez activement celle-ci au moins une semaine avant la coloscopie.
- Mettez une bouteille d'eau au réfrigérateur pendant 24 h et utilisez la pour diluer la solution de préparation (purge), boire frais sera plus agréable. Vous pouvez utiliser une eau aromatisée si vous le souhaitez (éviter la menthe et la grenadine qui colorent la préparation)
- La préparation est plus facile à supporter si elle est prise en deux fois, vous pouvez également la boire à l'aide d'une paille, cela peut améliorer la tolérance.
- Pensez à bien vous hydrater, n'hésitez pas à boire de l'eau en plus de la solution de purge.
- Veillez à avoir toujours des toilettes accessibles à proximité et faites une réserve de papier toilette doux avant de commencer votre préparation colique (purge).



La coloscopie, d'autres moyens pour s'informer



Si vous souhaitez plus de renseignements sur la coloscopie ou sur les maladies de l'appareil digestif vous pouvez consulter les sites internet :

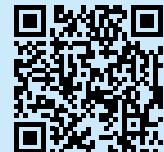
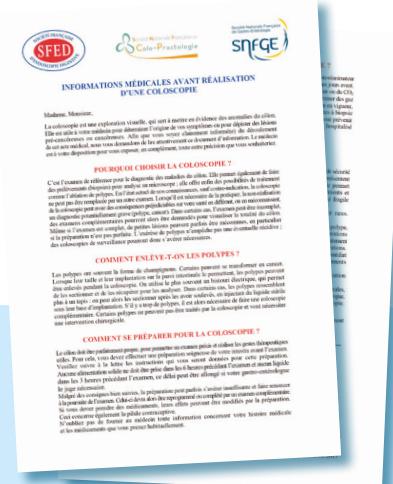
- de la Société Nationale Française de Gastro-Entérologie (SNFGE) <https://www.snfge.org/grand-public>
- ou de la Société Française d'Endoscopie Digestive (SFED) <https://www.sfed.org/espace-patient/>



Vous trouverez des informations importantes sur les maladies digestives et les moyens de les dépister.



Flashez ce QR code pour visionner la vidéo pédagogique sur la coloscopie (site de la SFED)



Flashez ce QR code pour télécharger la fiche d'informations ou rendez-vous directement sur : <https://www.snfge.org/informations-patients>

Cette brochure a été réalisée par la SNFGE, Société Nationale Française de Gastro-Entérologie, afin de vous expliquer le déroulement de votre examen et répondre à certaines de vos questions.

Celle-ci ne remplace pas les explications médicales qui vous seront fournies par votre médecin hépatogastroentérologue et spécifiquement adaptées à votre cas.

N'hésitez pas à poser toutes les questions à votre médecin hépatogastroentérologue, sans tabou !



PAS DE TABOUS ENTRE NOUS