

ДИЕТА ПРИ ПОДГОТОВКЕ К КОЛОНОСКОПИИ/ЭНТЕРОСКОПИИ

Диету необходимо начать минимум за 5 дней до проведения исследования.

У пациентов с запорами, у пациентов с лишним весом, у пациентов с сахарным диабетом необходимо увеличить продолжительность диеты до 7 дней с ежедневным приёмом слабительных препаратов (форлакс, форжект, лактулоза).

За день до основного приема препарата для подготовки рекомендуется принять дополнительный литр выбранного препарата для подготовки.

Необходимо употреблять достаточное количество жидкости (вода без газа, березовый сок, разведенный водой яблочный сок) с учётом сопутствующей патологии (болезни сердца, почек).

За 5-7 дней до проведения процедуры прекратить прием висмут-содержащих препаратов (де-нол), активированного угля, препаратов железа (окрашивают кал в темно-серый/чёрный цвет).

Лекарственные препараты по сопутствующей патологии принять не позднее чем за 6 часов до исследования или заранее согласовать их приём с лечащим врачом или с врачом-эндоскопистом.

Рекомендуется адекватная физическому состоянию и возрасту двигательная активность, что будет способствовать подготовке к исследованию.

НЕЛЬЗЯ есть:

1. Все овощи, фрукты и ягоды, орехи, семечки, грибы, зелень и корнеплоды (могут вызывать брожение в кишечнике; содержат клетчатку/семечки/косточки/плотную кожуру, которые плохо вымываются из кишки во время подготовки к исследованию)
2. Бобовые: фасоль, горох, соя.
3. Крупы: кукурузная, гречневая, ячневая, пшеничная, перловая, коричневый рис, овсянка и др.
4. Ржаной и отрубной хлеб, хлеб с семечками.
5. Окрашенные соки (сливовый, черничный, виноградный), соки с мякотью.
6. Жирные молочные продукты, йогурты с наполнителями.
7. Консервы, копчения, маринады.
8. Острые и соленые блюда.
9. Жирные и жилистые сорта мяса, сало, колбасы.
10. Спиртные напитки.

МОЖНО есть:

1. Бульоны без гущи: нежирные мясные, рыбные, овощные.
 2. Осветленный яблочный сок, березовый сок, компоты без гущи, кисели, минеральную воду, негазированную воду, чай.
 3. Кисломолочные продукты, нежирный творог, сыр; сливочное масло.
 4. Отварное мясо, рыбу, птицу нежирных сортов.
 5. Макароны изделия из пшеницы высшего сорта.
 6. Рисовую (белый рис) и манную кашу.
 8. Яйца, сваренные всмятку или в виде парового омлета.
 9. Сладости без твердых растительных добавок – желе, мед, сахар.
 10. Белый хлеб, сухое печенье (без фруктовых добавок), крекеры, сдоба без кунжута и мака, сухари из белого хлеба.
- Белый хлеб и сдобу ограничивают в меню за день до процедуры.
Возможно употребление гречневых, овсяных, рисовых хлопьев быстрого приготовления (не требующих варки) в небольшом количестве, которые исключаются из меню за два дня до исследования.