

## Диета при подготовке к колоноскопии/энтероскопии

- 1) Диету необходимо начать минимум за 5 дней до проведения исследования.
- 2) 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) и за день до основного приема препарата для подготовки рекомендуется принять дополнительный 1 литр выбранного препарата для подготовки.
- 3) 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).
- 4) Необходимо употреблять достаточное количество жидкости (вода без газа, березовый сок, разведенный водой яблочный сок) с учётом сопутствующей патологии (болезни сердца, почек).
- 5) Рекомендуется адекватная физическому состоянию и возрасту двигательная активность, что будет способствовать подготовке к исследованию.
- 6) 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.
- 7) Прием пищи в день накануне исследования разрешен в небольшом количестве до 12.00

### **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, пряные и соленые блюда.
9. Жирные и жилистые сорта мяса, сало, колбасы.
10. Спиртные напитки.

### **МОЖНО есть:**

1. Бульоны без гуши: нежирные мясные, рыбные, овощные.
  2. Осветленный яблочный сок, березовый сок, компоты без гуши, кисели, минеральную воду, негазированную воду, чай.
  3. Кисломолочные продукты, нежирный творог, сыр; сливочное масло.
  4. Отварное мясо, рыбу, птицу нежирных сортов.
  5. Макароны 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, печенье, крекеры, сдоба, сухари из белого хлеба (всё без добавления отрубей, кунжута, мака, без фруктовых добавок).
- Хлебобулочные изделия 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.

\*При неудовлетворительной подготовке (большое количество каловых масс в кишке; содержимое с остатками пищи и с жировыми включениями, которые забивают канал эндоскопа и не смываются с его

оптики) исследование будет прекращено, т.к. повышается риск возможных осложнений от исследования и риск поломки эндоскопического оборудования.

\*Эндоскопические операции при неудовлетворительной подготовке отменяются!

\*Запрещен прием пищи в день исследования

\*Запрещён приём жидкости менее, чем за 6 часов до исследования.