



Подготовка к колоноскопии

1. СОБЛЮДЕНИЕ ДИЕТЫ

Диету необходимо начать за **5 дней** до проведения исследования.

-При бесшлаковой диете полностью исключают из меню продукты, богатые клетчаткой, или вызывающие брожение в кишечнике, а также содержащие семечки/косточки.

-За **5-7 дней** до проведения процедуры прекратить прием висмут – содержащих препаратов (де-нол), активированного угля, препаратов железа.

-Необходимо употреблять как можно больше жидкости (вода без газа, березовый сок, разведенный водой яблочный сок).

-Прием лекарственных препаратов при проведении колоноскопии без наркоза разрешен в день исследования, у пациентов с сахарным диабетом при проведении процедуры без наркоза можно утром выпить сладкий чай.

-При проведении процедуры под наркозом или при проведении колоноскопии вместе с ЭГДС прием лекарственных препаратов лучше произвести до 00.00-1.00 (лучше воздержаться).

- В процессе подготовки рекомендуется адекватная физическому состоянию и возрасту двигательная активность дома (ходьба на месте, наклоны, упражнения с обручем).



2. ЧТО НЕЛЬЗЯ ЕСТЬ

1. Все овощи, грибы, зелень и корнеплоды. Капуста запрещена в любом виде.

2. Все свежие фрукты и ягоды, орехи, семечки.

3. Бобовые: фасоль, горох, соя.

В порядке исключения возможно употребление небольшой баночки протертого светлого детского питания в сутки (яблочное, манговое пюре) (лучше исключить).

4. Грубые крупы: кукурузная, гречневая, ячневая, пшеничная, перловая, коричневый рис, овсянка и др. Возможно употребление гречневых, овсяных, рисовых хлопьев быстрого приготовления в небольшом количестве, которые заливаются кипятком («кашка-размазня») (лучше исключить).

5. Ржаной и отрубной хлеб. Хлеб с семечками. Белый хлеб и сдобу ограничивают в меню за день до процедуры.

6. Окрашенные соки (сливовый, черничный, виноградный), соки с мякотью.

7. Жирные молочные продукты, йогурты с наполнителями.

8. Консервы, копчения, маринады. 9. Слишком острые и соленые блюда.

10. Квас, пиво, вино. 11. Жирные и жилистые сорта мяса, сало, колбасы.



3. ЧТО МОЖНО ЕСТЬ

1. Бульоны: нежирные мясные, рыбные, овощные (БЕЗ ГУЩИ).
2. Осветленный яблочный сок, березовый сок, компоты без гущи, кисели, минеральную воду, негазированную воду, чай.
3. Кисломолочные продукты, нежирный творог, сыр.
4. Отварное мясо, рыбу, птицу нежирных сортов.
5. Сливочное масло.
6. Макароны изделия из пшеницы высшего сорта.
7. Рисовую (белый рис) и манную кашу.
8. Яйца, желательно сваренные всмятку или в виде парового омлета.
9. Белый хлеб, сухое печенье (без фруктовых добавок), крекеры, сдоба без кунжута и мака, сухари из белого хлеба.
10. Сладости без твердых растительных добавок – желе, мед, сахар.