

## Диета за 3 дня до исследования



- мучные изделия и рис: белый хлеб из обогащенной очищенной муки высшего сорта, сдоба, бисквит, баранки (бублики) – без мака, простые крекеры (без добавок), вермишель из муки высшего сорта, каши (рисовая, овсяная), белый рис;
- мясо: супы на нежирном мясном бульоне без овощей; различные, хорошо приготовленные, блюда из нежирной говядины, телятины; кури в отварном виде, также в виде котлет, фрикаделек, суфле;
- рыба: блюда из трески, судака, окуня, щуки (нежирные сорта рыбы);
- молочные продукты: нежирный творог, сыры, натуральный йогурт (без добавок!), нежирный кефир, не более 2-х стаканов обезжиренного молока;
- овощи: овощные отвары, картофель (без кожуры);
- фрукты и напитки: мусс, ½ банана, персик, дыня, чай, некрепкий кофе, компоты, кисели и соки желательно прозрачные - без мякоти, сухофруктов, ягод и зерен!
- сладкое: сахар, мед, желе, сироп



- мучные изделия и крупы: продукты с содержанием размельченных зерен, орехов, мака, кокосовой стружки, цельное зерно, черный хлеб,
- бобовые: горох, чечевица;
- овощи и фрукты: все свежие и сушеные овощи и фрукты, изюм и ягоды, особенно с мелкими косточками, все разновидности зелени;
- супы: щи и борщи из капусты (а также свежая капуста и прошедшая кулинарную обработку), молочные супы, крем-супы, окрошка;
- мясо и рыба: жирные сорта мяса (утка, гусь), копчености и соленья, колбасы, сосиски, жирные сорта рыбы;
- приправы и консервы: соленые и маринованные грибы, морские водоросли, острые приправы (хрен, перец, горчица, лук, уксус, чеснок), а также все приправы с зернами, травами, консервы;
- молочные продукты: йогурт (содержащий наполнители - фрукты, мюсли), пудинг, сливки, сметана, мороженое, жирный творог);
- напитки: алкогольные напитки, квас, газированная вода, напитки из чернослива;
- сладости: не включенные в перечень разрешенных.

## ПРИЕМ ПРЕПАРАТОВ ПЕНОГАСИТЕЛЕЙ

Для уменьшения пенистого содержимого в просвете кишечника и улучшения визуализации слизистой оболочки, а также уменьшения явления дискомфорта и неприятных ощущений от вздутия кишечника после исследования, принимаются препараты на основе Симетикона (ЭСПУМИЗАН-Л, Боботик, и др.) в виде суспензии.

Препарат вместе с раствором проходит транзитом по кишечнику и дополнительно очищает слизистую оболочку от слюны, слизи, желчи. Врачу-эндоскописту хорошо видна слизистая оболочка, а Вам легче после исследования.

1 флакон препарата (30 мл) выпивается с последней порцией раствора или воды утром в день исследования (за 3-4 часа до исследования).



Прием жизненно важных лекарственных препаратов (гипотензивных, кардиологических, противодиабетических) отменять не нужно! Они принимаются не позднее, чем за 2 часа до начала утреннего этапа подготовки (первого глотка).



Наши контакты:

<https://cmp.zdrav-nnov.ru>



ГБУЗ НО НОЦОЗМП  
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

# Подготовка к колоноскопии



Обращаем внимание на необходимость четко сделать данную инструкцию и указаниям врача.

В случае некачественной подготовки может быть поставлен неточный диагноз. Кроме того, если врач будет неудовлетворен подготовкой Вашего кишечника, то он может перенести исследование на другой день.

Для эффективной и качественной подготовки к колоноскопии необходимо соблюсти **3** важных условия:

- 1** Соблюдение диеты;
- 2** Двухэтапная или одноэтапная схема приема препаратов для подготовки;
- 3** Прием препаратов на основе Симетикона (пеногасители).

## ДИЕТА ЗА **3** ДНЯ ДО ИССЛЕДОВАНИЯ

За 3 дня до исследования начинается диета без клетчатки (овощей и фруктов). Можно только белки и углеводы. Стараться пить больше прозрачных жидкостей (вода, осветленный яблочный сок, чай).

## ПРИЕМ ПРЕПАРАТОВ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К КОЛОНОСКОПИИ

ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ КИШНИКА ПЕРЕД КОЛОНОСКОПИЕЙ:

1. Мовипреп,
2. Фортранс,
3. Д-Форжект,
4. Фордрайв.

Выпить нужно будет 3 или 4 литра жидкости, в зависимости от Вашего веса, особенностей пищеварения и предполагаемой врачом патологии. Эти 3 или 4 литра пьются не сразу, а постепенно, за несколько часов, в два этапа или одним этапом утром.

- Если исследование в **1** половине дня, то большую часть или половину выпиваете вечером, а остальную часть – рано утром в день исследования, рассчитывая время окончания приема раствора за 3-4 часа до времени исследования (например, с 5.00 до 7.00, если исследование назначено на 10.00-11.00). Последний раз поесть Вам можно не позднее 15-16 часов накануне дня исследования. Это может быть легкий обед. Допускаются: прозрачный суп, бульон, не нужно наедаться в этот день.
- Если исследование во **2** половине дня (после 15.00), то вечером пить ничего не нужно. Вы спокойно ужинаете разрешенными продуктами, не наедаетесь. А утром, в день исследования, выпиваете весь объем жидкости для подготовки, рассчитывая время окончания приема раствора за 3-4 часа до времени исследования (например, с 7.00 до 12.00, если исследование назначено на 16.00)



Окончание приема препарата рассчитывается за 3-4 часа до обследования



В процессе подготовки желательна адекватная возрасту двигательная активность дома (наклоны, ходьба на месте)

### Подготовка препаратами Фортранс, Д-Форжект или Фордрайв

Если Вы проводите подготовку Фортрансом, Д-Форжектом или Фордрайвом, то Вам надо выпить 4 л раствора. Каждый пакетик растворяется в одном литре кипяченой или питьевой воды комнатной температуры.

Если колоноскопия в 1 смену, то, начиная с 18-19 часов вечера и до 20-22 часов, Вы пьете два - три литра раствора - со скоростью один литр за один или за полтора часа. стакан за пятнадцать минут. Действовать препарат начнет, в большинстве случаев, через час или полтора. Рано утром в день исследования Вы пьете оставшиеся один или 2 литра препарата, рассчитывая прием последнего стакана жидкости за 3-4 часа до времени исследования (например, с 4 до 6 утра, если исследование на 9.00).

Если колоноскопия во 2 смену (после 15.00), то весь объем жидкости – 4 литра раствора препарата (Фортранс, Д-Форжект или Фортранс) – Вы выпиваете утром в день исследования, начиная с 7-8 утра и до 12.00 и позже, точно также делая перерывы между стаканами по 15-20 минут. В любом случае, последний глоток приготовленного раствора следует сделать не менее, чем за 3-4 часа до назначенного времени колоноскопии, независимо от того под общим обезболиванием она выполняется или нет.

### Подготовка препаратом Мовипреп

Если Вы проводите подготовку Мовипрепом, то Вам надо выпить 2 л раствора и 1,5-2 литра питьевой воды (или прозрачной разрешенной жидкости). Всего 4 литра жидкости. Каждый пакетик растворяется в одном литре кипяченой или питьевой воды комнатной температуры.

Если колоноскопия в 1 смену, то, начиная с 18-19 часов вечера и до 20-21 часов, Вы пьете два литра жидкости - 1 литр раствора Мовипреп и 1 литр воды - со скоростью один литр за час. стакан за пятнадцать минут. То есть не сразу весь объем, а постепенно. Можно чередовать стаканы – стакан раствора - стакан воды. Действовать препарат начнет, в большинстве случаев, через час или полтора.

Рано утром в день исследования Вы пьете оставшиеся один литр препарата Мовипреп и литр воды, рассчитывая прием последнего стакана жидкости за 3-4 часа до времени исследования (например, с 4 до 6 утра, если исследование на 9.00).

Если колоноскопия во 2 смену (после 15.00), то весь объем жидкости – 2 литра раствора Мовипреп и 2 литра воды – Вы выпиваете утром в день исследования, начиная с 7-8 утра и до 12.00 и позже (в зависимости от времени исследования), точно также чередуя раствор и воду и делая перерывы между стаканами по 15-20 минут. В любом случае, последний глоток приготовленного раствора следует сделать не менее, чем за 3-4 часа до назначенного времени колоноскопии, независимо от того под общим обезболиванием она выполняется или нет.