

## Подготовка к колоноскопии

### За 5 суток до эндоскопической диагностики необходимо прекратить прием препаратов:

- железосодержащих (Сорбифер, Феррум-Лек и др.);
- висмутсодержащих (Де-Нол, Улькавис и др.);
- на основе активированного угля, лигнина (Полифепан)

### За 3 дня до исследования рацион питания согласно списку разрешенных продуктов и жидкостей

#### Питание в день накануне исследования:

- легкий завтрак на основе продуктов, которые разрешены к употреблению;
- обед до 13:00 из продуктов, разрешенных к употреблению;
- ужин: разрешенные прозрачные жидкости

**Можно** (разрешенные продукты не должны содержать мелкие косточки, зерна, семена, отруби)

- Яйца, мясо, птица и рыба нежирных сортов в отварном, паровом или тушеном виде
- Нежирные бульоны без овощей (процеженные)
- Хорошо проваренные белый рис (кроме плова)
- Нежирные кисломолочные продукты, сыр, сметана, сливочное масло
- Сахар, мёд (не в сотах)
- Йогурт без добавок и наполнителей
- Чай, вода, безалкогольные неокрашенные напитки

#### **Нельзя**

- Хлебобулочные, мучные и макаронные изделия
- Жесткое мясо с хрящами, консервы, сосиски, колбасы, морепродукты
- Крупы, каши, бобовые, злаковые, кукуруза, орехи, семечки, кунжут, мак, зерна, отруби, другие семена и специи
- Фрукты, ягоды, сухофрукты, варенье, джем, мармелад, желе, шоколад
- Овощи, картофель, зелень, грибы, морская капуста
- Чипсы, гамбургеры
- Молоко, алкоголь, газированные напитки, кофе, компот

#### **Очистка кишечника**

За 3-5 дней до процедуры необходимо придерживаться диетического питания, а в день, предшествующий диагностике, употребление пищи допускается только до 13:00 часов (см. список разрешенных продуктов).

Очистка кишечника от каловых масс является самым важным этапом подготовки к эндоскопическому исследованию. Мы рекомендуем проводить её с помощью одного из специальных слабительных препаратов (Мовипреп, Фортранс, Эзиклен, Лавакол), купив его в аптеке.

**Внимание:** Прием очищающих препаратов начинаем накануне исследования. Указанную в инструкции дозу препарата разделить на 2 части, одну половину принять накануне, вторую половину в день исследования, как принимать препарат прочитайте в инструкции.

Категорически нельзя уменьшать объем жидкости при разведении препарата. Действие препарата продолжается индивидуально – в среднем в течение 2 часов после каждого принятого литра.

**Время начала приема препаратов зависит от времени начала исследования (см. таблицу).**

Время исследования	1 этап	2 этап
	Время приема первой половины дозы слабительного накануне исследования	Время приема второй половины дозы слабительного в день исследования
9.00-10.00	18.00	5.00-6.00
10.00-11.00	18.00	6.00-7.00
11.00-12.00	18.00	6.30-7.30
12.00-13.00	19.00	7.00-8.00
13.00-14.00	19.00	8.00-9.00
14.00-15.00*	20.00	9.00-10.00
15.00-16.00*	20.00	10.00-11.00

\*Для времени исследования с 14.00 до 16.00 можно применить одноэтапную схему подготовки, начав прием в 6 утра в день исследования всей дозы слабительного согласно схеме в инструкции.

- В день исследования утром после окончания подготовки можно пить разрешенные жидкости, но не позднее, чем за 3 часа до начала исследования.
  - С последним стаканом жидкости накануне и в день исследования принять эспумизан 1 мерный колпачок.
  - Во время приема препарата рекомендуется соблюдать двигательную активность, хорошо бы выполнять самомассаж живота.
- Свидетельством хорошей подготовки является отхождение прозрачных промывных вод с неким окрашиванием в желтый или зеленоватый цвет.

## **Важно!**

**Если на фоне приема любого препарата на коже появляется сыпь или зуд, то дальнейшее употребление запрещено. Сразу же стоит связаться с врачом. Эти признаки могут быть начальным проявлением серьезной аллергической реакции!**

Если принимаемый раствор имеет неприятный для Вас вкус, то улучшить ситуацию помогут следующие рекомендации:

- Поставьте раствор в холодильник для охлаждения. Запрещено добавлять кубики льда и ароматизирующие средства.
- Можно рассасывать ледяной кубик или конфету когда пьете послабляющий раствор.
- Можно жевать жевательную резинку перед каждым стаканом раствора.
- Пить раствор можно через коктейльную трубочку.