

## Рекомендации для пациентов по подготовке к колоноскопии

### Питание:

- За 2 дня до исследования рекомендуется бесшлаковая диета (ограничить свежие овощи и фрукты, бобовые, черный хлеб)
- Купить в аптеке препарат ФОРТРАНС (1 упаковку) — 4 пакетика.
- За день до исследования:
  - последний прием пищи (легкий обед) не позднее 14:00.
  - необходимо растворить 4 пакетика препарата «Фортранс» в 4-х литрах кипяченой воды и, начиная с 15:00, выпить весь полученный раствор до 19:00 (по 1 литру за 1 час). *При выраженной тошноте можно запивать соком без мякоти или выдавить в раствор сок свежего лимона.*

### Если исследование назначено после 13-00:

С утра Вы можете выпить стакан воды, но как минимум за 4 часа до процедуры СТРОГО ничего не есть и не пить

### Прочее:

- Если Вы страдаете сахарным диабетом, при записи на исследование, обязательно предупредите оператора, - Вас должны записать на утренние часы.
- Если Вы ежедневно принимаете препараты (от повышения давления, сердечные и т.д.) - их необходимо принять за 6 часов (не позже) до исследования.
- Вы должны прийти на процедуру не позже, чем за 15 минут до её начала
- Возьмите с собой имеющиеся у вас анализы, результаты медицинских исследований, выписки, они могут понадобиться для назначения дообследования (например, тесты на хеликобактер пилори или взятия биопсии).
- При седации: сопровождение Вам не потребуется, через 30 минут после процедуры Вы сможете приступить к обычным делам.

## Бесшлаковая диета

### Можно:

Рафинированная пища и легко перевариваемые продукты: Отварное мясо (нежирные сорта). Рыба, курица, бульоны (некрепкие), обезжиренные кисломолочные продукты без фруктовых добавок, вареные яйца, омлет, мед, желе, некрепкие чай и кофе, прозрачные соки без мякоти, негазированная вода.

**Нельзя:**

Употреблять пищу богатую клетчаткой и плохо перевариваемые продукты: зерносодержащие продукты (мюсли, батончики и т.п.) фрукты, овощи, ягоды, зелень, крупы, злаковые, бобовые, грибы, орехи, жирные сорта мяса и рыбы, крем-супы, копчености, консервы, колбасы, жирные молочные продукты, хлеб, сладости, алкоголь, газированные напитки.