

# Подготовка к колоноскопии.

Рекомендации, которые крайне важно соблюдать для достижения качественной подготовки к исследованию толстой кишки:

## Рацион питания.

За 2 дня до исследования необходимо соблюдать диету с низким содержанием клетчатки (при хронических запорах – за 3 дня до исследования):

Разрешается	Исключить
<p>Белковая пища:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• яйца, сыр;</li><li>• обезжиренное молоко и кисломолочные продукты;</li><li>• отварное нежирное мясо и птица (кроме колбасных изделий);</li><li>• нежирные сорта рыбы;</li><li>• паста (макарон);</li><li>• сахар, мед.</li></ul> <p>Жидкости:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• прозрачные бульоны;</li><li>• чай и кофе (можно с молоком);</li><li>• сок без мякоти (прозрачный или жёлтого цвета – яблоко/виноград);</li><li>• безалкогольные неокрашенные напитки, вода.</li></ul>	<p>Продукты, богатые клетчаткой – растительная пища:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• овощи, фрукты, ягоды, зелень - в любом виде;</li><li>• хлебобулочные изделия;</li><li>• крупы, каши, злаковые, бобовые;</li><li>• кунжут, орехи, мак (сушки, булочки и т.д.), семечки и мелкие зерна, а также продукты, содержащие косточки и зерна (хлеб со злаками и семечками, варенье и т.д.);</li><li>• морские водоросли, грибы.</li></ul> <p>Жидкости:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• алкоголь;</li><li>• сладкие окрашенные газированные напитки;</li><li>• тан, кумыс, квас;</li><li>• любые соки с мякотью.</li></ul>

**Накануне дня исследования** прием твердой пищи необходимо полностью исключить после 13.00, далее пить прозрачные жидкости в любом количестве:

- утром - легкий завтрак (согласно списку разрешенных продуктов),
- до 13:00 – обед (также согласно списку разрешенных продуктов),
- ужин – только разрешенные жидкости (прозрачные бульоны, чай и кофе (уже без молока), сок без мякоти, вода, безалкогольные неокрашенные напитки).

**Утром в день исследования**, после окончания подготовки (если не предполагается внутривенная анестезия или одномоментное проведение гастродуоденоскопии) можно выпить сладкий чай, прозрачные бесцветные или жёлтого цвета жидкости. Прекратить приём всех жидкостей следует не позже, чем за 2 часа до исследования, особенно если предполагается выполнение исследования под внутривенной анестезией (это не относится к приему препарата для подготовки к исследованию, который утром в день исследования принимается обязательно!).

### **При колоноскопии под седацией (внутривенная анестезия):**

- необходимо соблюсти голодный промежуток не менее 8 часов и не менее 4 часов без воды;
- в этот день не рекомендуется водить машину, управлять какими-либо механизмами, принимать важные решения;
- желательно, чтобы Вас встретили и проводили домой.

**При записи на гастро + колоноскопию не подходит двухэтапная подготовка, так как на гастроскопию пациент должен приходить натощак, **НЕ ЕСТЬ и НЕ ПИТЬ!****

**ВАЖНО:** При сопутствующей патологии сердечно-сосудистой системы, сахарном диабете, почечной недостаточности более обоснована подготовка препаратом **МОВИПРЕП**.

После прохождения исследования и получения результатов колоноскопии, рекомендуется обратиться за консультацией к врачу гастроэнтерологу.