Подготовка к Колоноскопии

За три дня до процедуры рекомендуется придерживаться щадящего питания, исключая свежие фрукты, сырые овощи, чёрный хлеб, жареные и копчёные блюда. Также желательно избегать газированных напитков, кофе и молока, так как они могут вызвать брожение и вздутие.

Разрешены:

- Нежирные бульоны
- Овощные супы
- Отварное мясо (говядина, курица, индейка)
- Нежирная рыба
- Кефир, ряженка, йогурт
- Компоты, кисели, некрепкий чай
- Сухое несдобное печенье (крекеры), белые сухари

Следующий этап – очищение кишечника, для чего используются специальные слабительные препараты, которые врач подбирает индивидуально. Наиболее распространённые средства:

- Фортранс
- Эзиклен

Схема подготовки к колоноскопии препаратом Фортранс+Симетикон

Подготовка Фортрансом

Двухэтапная подготовка:
Вечер накануне: 2 л раствора Фортранса (18:00–20:00 или 19:00–21:00)

Утро дня исследования: 2 л раствора Фортранса + пеногаситель (½ флакона Симетикона/Эспумизана/Боботика/Сабсимплекса)

Время исследования	Время приёма Фортранса
09:00	04:00–05:00
10:00	05:00–06:00
11:00	07:00–08:00
12:00	08:00–09:00
13:00	09:00–10:00

Правила приёма:

- Растворить 1 пакет в 1 л воды
- Пить по 250 мл каждые 15 минут
- При тошноте: охлаждённый раствор, через трубочку, запивать водой/чаем
- Двигательная активность во время приёма
- Эффект: прозрачный стул через 1,5–2 часа

Схема подготовки к колоноскопии препаратом Эзиклен

Время исследования	Время приёма Эзиклена
09:00	04:00–05:00
10:00	05:00–06:00
11:00	07:00–08:00
12:00	08:00–09:00
13:00	09:00–10:00

Режим дробного приёма:

- Вечер накануне: 1 флакон + 1 л жидкости (18:00–20:00 или 19:00–21:00)
- Утро дня исследования: 1 флакон + 1 л жидкости

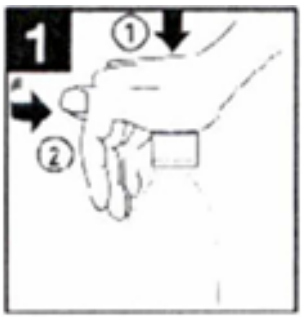
Важные рекомендации:

- Приём препаратов для давления - через час после Фортранса
- При хронических запорах - консультация гастроэнтеролога
- Диарея - ожидаемый эффект
- Нельзя уменьшать объём раствора
- Запрещены клизмы и вазелиновое масло
- При наркозе - не управлять транспортом

С собой: результаты предыдущих исследований

Схема разведения и приема препарата Эзиклен

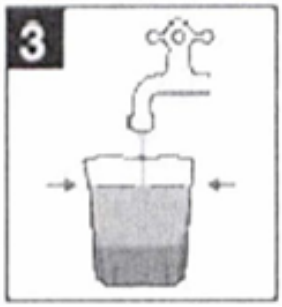
1. Откройте флакон, нажав на крышку и поворачивая ее против часовой стрелки.



2. Вылейте содержимое одного флакона в прилагаемый мерный стакан.



3. Разведите препарат водой до метки (т.е. до объема 0,5 л).



4. Медленно выпейте всю жидкость из стакана, в течение 30-60 мин.



5. ВАЖНО: Выпейте еще два (2) мерных стакана воды или прозрачной жидкости. Каждый раз наполняйте стакан до метки.



6. Медленно выпейте жидкость из каждого стакана в течение 30 мин (2 х 30 мин).



Выполнение этапов с 1 по 6 занимает около 2 часов.
Следует повторить все этапы со вторым флаконом препарата Эзиклен.

ПРИМЕРНАЯ ДИЕТА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К КОЛОНОСКОПИИ:

Диета перед колоноскопией

Завтрак:	Обед:	Ужин:
• Манная/рисовая каша на воде • Нежирный творог (150–200 г) • Паровой омлет или яйца всмятку • Белый хлеб с маслом и сыром • Йогурт без добавок • Чай или сок без мякоти	• Бульон или лёгкий суп • Паровые котлеты из телятины/крольчатины • Отварная рыба (минтай, треска) • Куриное филе • Мясное/рыбное суфле	• Отварной рис/макароны • Паровые тефтели • Запечённая рыба • Яйца пашот с сыром • Творог со сметаной/йогуртом • Чай

Меню накануне процедуры
Завтрак (до 9:00):
- Прозрачный нежирный бульон
- Чай

Перекус (11:00–12:00):
- Питьевой йогурт без красителей и вкусовых добавок

Обед (до 15:00):
- Прозрачный нежирный бульон. Запрещено добавлять травы и мелкие специи

После обеда: только жидкости (вода, чай, прозрачный сок)
ОТ УЖИНА ЗА ДЕНЬ ДО КОЛОНОСКОПИИ НЕОБХОДИМО ОТКАЗАТЬСЯ

В день процедуры: **прекратить приём жидкости за 4 часа до исследования**

РАЗРЕШЁННЫЕ НАПИТКИ

- Прозрачные бульоны
- Сок без мякоти
- Чай
- Вода
- Безалкогольные негазированные напитки

ЗАПРЕЩЁННЫЕ НАПИТКИ

- Молоко
- Алкоголь
- Газированные напитки
- Кофе
- Кисель

ЗАПРЕЩЁННЫЕ ПРОДУКТЫ

- Хлебобулочные изделия
- Овощи, зелень, грибы
- Крупы, бобовые, орехи, семечки
- Жёсткое мясо, консервы, колбасы
- Фрукты, ягоды, сухофрукты
- Чипсы, шоколад