

# ООО «Профмедпомощь»

ОГРН 1117746038651

ИНН 7716680381

129346, Москва, вн. тер. г муниципальный округ Лосиноостровский, ул. Минусинская д.3,  
помещ 1/1

Тел 8 (499)184-55-11, 8 (499) 184-55-77

## Рекомендации по питанию перед подготовкой к колоноскопии

В зависимости от регулярности стула у пациента, за 2—3 дня до подготовки к колоноскопии рекомендуется соблюдать рацион питания с низким содержанием клетчатки.

### ➤ Разрешенные продукты:

- яйца, сыр, сметана, сливочное масло, йогурт и кисломолочные продукты без добавок и наполнителей
- мясо, птица и рыба нежирных сортов (в отварном, паровом или тушёном виде)
- сахар, мёд (не в сотах)

Разрешенные жидкости: бульоны (прозрачные, процеженные), сок без мякоти, чай, вода, безалкогольные неокрашенные напитки.

Разрешенные продукты и жидкости не должны содержать мелкие косточки, зерна, семена, отруби.

### ➤ Запрещенные продукты:

- все хлебобулочные, мучные и макаронные изделия;
- овощи, включая картофель, зелень, грибы, морскую капусту;
- крупы, каши, бобовые, злаковые, орехи, семечки, кунжут, мак, зерна, отруби и другие семена, специи;
- жесткое мясо с хрящами, сосиски, колбасы, консервы, морепродукты;
- фрукты, ягоды, включая сухофрукты, варенье, джем, мармелад, желе;
- чипсы, гамбургеры, шоколад.

Также из рациона рекомендуется исключить следующие жидкости: алкоголь, газированные напитки, кофе, компот, кисель, молоко. Любые другие продукты и жидкости, не входящие в список разрешенных, настоятельно рекомендуется также исключить из рациона. При хронических запорах рацион питания нужно соблюдать в течение 5 дней. За 3—5 дней до процедуры начать или продолжить прием слабительных препаратов по рекомендации врача-гастроэнтеролога

Лицензия Л042-01137-77/00364062 от 25.09.2018 г.

Выдана Департаментом здравоохранения города Москвы (Москва, Оружейный переулок, д.43)

# ООО «Профмедпомощь»

ОГРН 1117746038651

ИНН 7716680381

129346, Москва, вн. тер. г муниципальный округ Лосиноостровский, ул. Минусинская д.3,  
помещ 1/1

Тел 8 (499)184-55-11, 8 (499) 184-55-77

## Режим приема пищи в день накануне колоноскопии

### ➤ При двухэтапной схеме подготовки:

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

### ➤ При утренней одноэтапной схеме подготовки:

В день накануне колоноскопии: завтрак, обед и легкий ужин до 18:00: согласно списку разрешенных продуктов и жидкостей. Утром в день исследования: только разрешенные прозрачные жидкости. После окончания подготовки можно выпить сладкий чай, прозрачные жидкости. Прекратить прием всех жидкостей следует не позже, чем за 2 часа до исследования

Лицензия Л042-01137-77/00364062 от 25.09.2018 г.

Выдана Департаментом здравоохранения города Москвы (Москва, Оружейный переулок, д.43)

# ООО «Профмедпомощь»

ОГРН 1117746038651

ИНН 7716680381

129346, Москва, вн. тер. г муниципальный округ Лосиноостровский, ул. Минусинская д.3,  
помещ 1/1

Тел 8 (499)184-55-11, 8 (499) 184-55-77

## Подготовка к колоноскопии

В связи с большой протяженностью толстой кишки (в среднем 1 метр 85 см, не зависимо от конституционного типа и массы пациента), а соответственно и большей поверхностью слизистой оболочки толстой кишки, подготовка к эндоскопическому исследованию имеет решающее значение, как для обеспечения возможности выполнения самого исследования, так и для его качества и информативности.

В течении 3 суток перед исследованием пациенту назначается безшлаковая диета – из рациона исключаются продукты с пищевыми волокнами, т.е. продукты растительного происхождения: овощи, фрукты, ягоды, орехи, злаки, крупы, макаронные, хлебобулочные и кондитерские изделия.

Разрешается прием в пищу любых продуктов животного происхождения: рыбные, мясные, молочные продукты.

В день накануне исследования можно пить только воду (бульоны, отвары, морсы, соки без мякоти, чай, минеральную воду)

Необходимые лекарственные препараты принимаются в обычном режиме, на время подготовки и в день исследования требуется прекращения приема только препаратов железа.

### ❖ Подготовка препаратом Фортранс

Стандартная упаковка содержит 4 пакетика препарата.

Для подготовки кишечника используют 4 пакетика препарата, содержимое пакетов растворяется в питьевой воде комнатной температуры, из расчета 1 пакетик препарата на 1 литр воду – 4 литра раствора. Принимается приготовленный раствор перорально (пьется), со скоростью приема 1 литр за 1 час, дробно по 250 мл- 1 стакану каждые 15 минут. Использование меньшего количества раствора препарата, но не менее 2 литров, возможно только при диарее (регулярных поносах)

Уменьшение темпа приема 1 литра раствора до 1,5-2 часов возможно и необходимо только при признаках неполной кишечной проходимости- диагноз и режим устанавливает врач. Для улучшения вкуса можно охладить раствор, пить его через коктейльную трубочку, выжать в приготовленный раствор сок лимона, или до и после каждого приема препарата сососаться дольку лимона, или же до приема и сразу после можно пожевать мятную жевательную резинку.

- Существует два режима подготовки препаратом Фортранс:

1. 4 литра раствора принимают перорально (выпивают) со скоростью 1 литр в 1 час. Действие препарата начинается примерно через час от начала приема, продолжается до 2-3 часов после окончания приема (например, если начало приема препарата в 15 часов, то первый стул будет примерно в 16 часов и

Лицензия Л042-01137-77/00364062 от 25.09.2018 г.

Выдана Департаментом здравоохранения города Москвы (Москва, Оружейный переулок, д.43)

- при окончании препарата в 19 часов, его действие может продолжаться до 21- 22 часов)
2. Накануне исследования принимается 2 литра раствора, с 17 до 19 часов, окончание действия препарата в 22-23 часа. Утром еще принимается 2 литра препарата с 6 до 8 часов, действие препарата продолжается до 10-11 часов. Препарат принимается так, чтобы окончание приема препарата был не менее чем за 3-3,5 часа до выхода из дома.

#### ❖ Подготовка препаратом Лавакол (отечественный аналог Фортранса)

Принимать Лавакол следует не ранее, чем через два часа после последнего приема пищи (жидкой!). Упаковка препарата состоит из 15 пакетиков. Содержимое каждого пакетика растворяют в 1 стакане питьевой воды (200-250 мл.) Общая доза составляет 3 литра раствора Лавакола (15 пакетиков на 15 стаканов воду). Объем раствора и дозу препарата нельзя уменьшать! Пить раствор следует дробно, небольшими глотками, по 4-5 стаканов в час, с небольшими перерывами. В самом начале или при быстром приеме препарата может появиться тошнота. Если это произошло, прервите прием препарат на полчаса. Препарат начнет действовать индивидуально: через 1-2 часа после приема появится первый стул. Опорожнение кишечника завершится выделением прозрачной или слегка окрашенной жидкости через 2-3 часа после последней выпитой дозы Лавакола. Это свидетельствует о готовности кишечника к эндоскопическому исследованию.

#### ❖ Подготовка препаратом Эзиклен

Содержимое одного флакона Эзиклена вылить в прилагаемый мерный стакан. Долить питьевой водой до метки в 0,5 л. В течение 30-60 минут выпить первую дозу раствора (0.5л.) Затем за час надо выпить 1 литр воды (2 мерных стакана). Затем в течение часа выпивается вторая доза (0.5 л.) и еще один литр воды за час. Таким образом весь цикл одномоментного приема составляет около 4 часов.

#### ❖ Подготовка препаратом Лактулозы (Порталак, Нормазе, Дюфалак)

Минимально нужно выпить 2-2,5 литра приготовленного раствора (лучше 3 литра). Для приготовления раствора в 1 литре кипяченой воды разводятся (растворяются) 100 мл препарата. Продается препарат во флаконах по 200, 250 и 500 мл. Слабительное действие препарата проявляется через 1-1,5 часа.

При подготовке препаратом Лактулозы могут появиться выраженные проявления метеоризма (вспученности живота газами), для уменьшения дискомфорта в этом случае можно принять 2-3 раза по 2 дозы сиропа (2 мерные ложки – суммарно по 10 мл) препарата Эспумизан.

#### ❖ Подготовки сочетанием препаратов Лавакол и Лактулоза (Порталак, Нормазе, Дюфалак)

Содержимое всех 15 пакетиков Лавакола и 200-250 мл. сиропа Лактулозы растворяют в 3 литрах питьевой воды. Пить раствор следует дробно, небольшими глотками, по 4-5 стаканов в час, т.е. по 1 литру за час, суммарно 3 литра раствора за 3 часа.

**➤ ОБЯЗАТЕЛЬНО НАЛИЧИЕ**

1. ЭКГ (срок действия 14 дней) с расшифровкой - для лиц старше 45 лет. При наличии хронической кардиальной патологии, с кардиальной патологией со сложными нарушениями ритма или недавно (до 6 месяцев) перенесенным инфарктом обязательно – ЭКГ с расшифровкой (срок действия 3 дня) с консультацией кардиолога и его записью в карте о возможности проведения колоноскопии в амбулаторных условиях.

2. Наличие результатов дополнительных методов обследования

- ЭКГ (срок действия 14 дней) с расшифровкой;
- Общий анализ крови;
- Группа крови и резус-фактор;