



## Подготовка к плановой колоноскопии

### Качественная подготовка толстой кишки включает:

- Строгое соблюдение специального рациона питания (бесшлаковая диета) 3 дня.
- Использование современных препаратов очищения кишечника.
- За 4 часа до проведения исследования прекратить прием любой жидкости, а также завершить очищение кишечника.
- Выполнять физические упражнения во время подготовки к исследованию.
- Соблюдение гигиенических мер в день накануне исследования и утром перед исследованием: после каждого акта дефекации прохладный душ аноректальной области.
- Взять с собой запасное нательное белье.
- Категорически запрещено использовать очистительные клизмы, **если не выведена кишечная стома на переднюю брюшную стенку!**

### Качество проведенной колоноскопии зависит и от пациента.



- Необходимо соблюдать вышеуказанные принципы, т. к. они позволяют врачу-эндоскописту четко визуализировать состояние слизистой оболочки кишечника, выявить новообразования малых размеров и их удалить, а также составить план эндоскопического наблюдения.
- При хронических запорах специальный рацион питания необходимо соблюдать в течение от 5 дней. За 5-7 дней до процедуры необходимо заранее скорректировать прием слабительных препаратов по рекомендации врача-гастроэнтеролога.
- Если проводилось оперативное вмешательство на кишечнике, необходимо взять с собой выписку с описанием операции и предоставить врачу-эндоскописту перед исследованием.
- Если ранее проводилась видеоколоноскопия с или без взятия биопсионного материала, взять с собой и предоставить врачу-эндоскописту перед исследованием.

**Препараты от давления в день исследования принимать можно!** Рассосать таблетку или запить 1-2 глотками воды за 2-3ч до исследования.

**Рекомендуется отменить прием** железосодержащих, висмутсодержащих препаратов и активированный уголь за 3 дня до исследования.

**Рекомендуется коррекция** или временная отмена антикоагулянтной терапии под наблюдением врача-кардиолога.

# СПЕЦИАЛЬНЫЙ РАЦИОН ПИТАНИЯ (БЕСШЛАКОВАЯ ДИЕТА)






— тип питания с низким содержанием клетчатки.

- Методы термической обработки блюд: варка, тушение, варка на пару.
- Обязательно соблюдать питьевой режим от 2-3,5 л/сут.
- Предпочтение отдается бутилированной - негазированной, неминеральной воде комнатной температуры.






**Рекомендовано придерживаться рекомендаций по питанию, указанных ниже. Если какой-то продукт или жидкость отсутствуют в данной таблице, отказаться от его/ее употребления!**

## РАЗРЕШЕНО К УПОТРЕБЛЕНИЮ:

### ПРОДУКТЫ:











- |  |  |
|--|--|
|  Птица – курица, индейка; Нежирное мясо – крольчатина;   |  Яйца куриные или перепелиные;            |
|  Рыба нежирных сортов – треска, минтай, сибас, хек, судак, окунь, щука;  |  Сахар, леденцы, жидкий мед (не в сотах); |
|  Нежирные кисломолочные продукты — творог, сметана, йогурт без вкусовых добавок, в том числе без орехов, семян, косточек, зерен. |  |

### ЖИДКОСТИ:







- |  |   |
|--|---|
|  Нежирные мясные бульоны без овощей (процеженные); |  Негазированные безалкогольные напитки без красителей; |
|  Фруктовый сок без мякоти, осветленный (яблочный); |  Вода;   |
|  |  Светлый чай.  |

## ЗАПРЕЩЕНО К УПОТРЕБЛЕНИЮ:

### ПРОДУКТЫ:

- |   |   |
|---|---|
|  Красное мясо в любом виде, жесткое белое/красное мясо с хрящами, гусь, утка;                            |  Консервы, соленья;  |
|  Рыба жирных сортов с хрящами или костями;   |  Колбасы, сосиски, копчености;   |
|  Любые крупы, каши, бобовые, включая горох и чечевицу;  |  Жирная сметана, творог, йогурты с добавками, мороженое, молочные супы;                                   |
|  Хлеб, зерносодержащие продукты, спагетти, макароны;   |  Фрукты, овощи, зелень, грибы, ягоды, сухофрукты, в т.ч. курага, чернослив, изюм, финики, клюква, вишня; |
|  Чипсы, в т.ч. рисовые, кукурузные, яблочные, кокосовые, апельсиновые, попкорн, воздушный рис, хлебцы; |  Отруби, зерна, косточки, семена;  |
|  Шоколад, мармелад, зефир, пастила, варенье, джем, желе;   |  Специи.   |

### ЖИДКОСТИ:

- |  |   |   |
|--|---|---|
|  Кисель, компот, квас, узвар; |  Алкоголь;       |  Газированные напитки; |
|  Кофе;                        |  Молоко, сливки; |  Минеральные воды.     |

## РЕЖИМ ПИТАНИЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СХЕМЫ ПОДГОТОВКИ

### ДВУХЭТАПНАЯ

В день накануне колоноскопии:

- Завтрак: легкий, согласно принципам бесшлаковой диеты.
- Обед: легкий, до 14:00, согласно принципам бесшлаковой диеты.
- Ужин: **ТОЛЬКО РАЗРЕШЕНЫ ЖИДКОСТИ.**

Осуществить 1-й этап очищения кишечника, согласно инструкции к препарату.

Утро в день проведения колоноскопии:

- **НЕ ЗАВТРАКАТЬ!**
- Осуществить 2-й этап очищения кишечника, согласно инструкции к препарату.
- За 4 часа до проведения исследования прием жидкости запрещен!

### ОДНОЭТАПНАЯ

В день накануне колоноскопии:

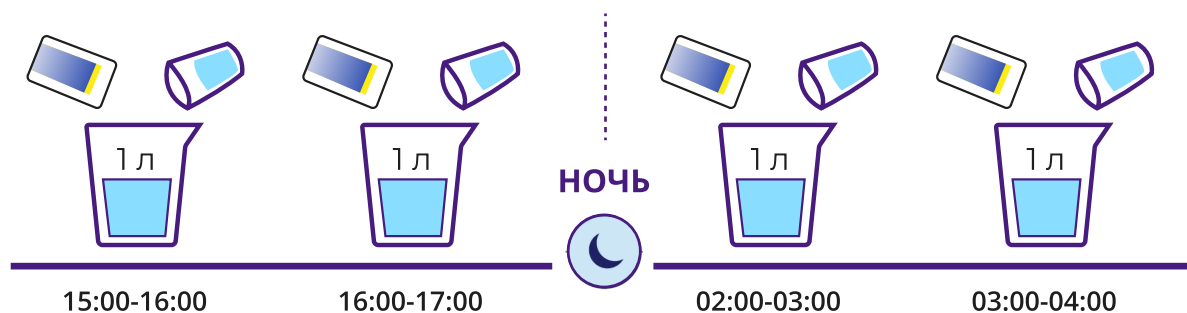
- Завтрак, обед и легкий ужин: до 18:00-19:00, согласно принципам бесшлаковой диеты.

Утро в день проведения колоноскопии:

- **ПРИНИМАТЬ ТОЛЬКО РАЗРЕШЕННЫЕ ПРОЗРАЧНЫЕ ЖИДКОСТИ!**
- Начать очищение кишечника, согласно инструкции к препарату.
- За 4 часа до проведения исследования прием жидкости запрещен!

# Макрогол 4000 (Фортранс)

## ДВУХЭТАПНАЯ СХЕМА ПОДГОТОВКИ (более предпочтительна)

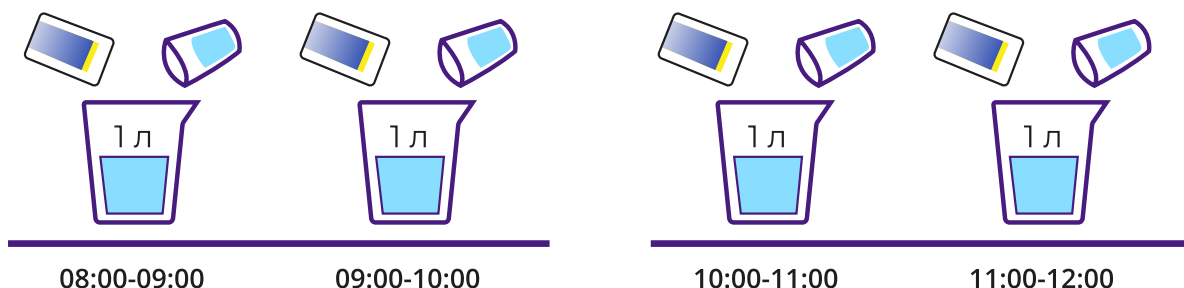


**Важно!** Раствор препарата готовится из расчета **1 пакетик /1 литр воды** на **15-20 кг массы тела (минимум от 4 пакетов и более)**.  
**Уменьшать количество жидкости нельзя!**

ПРИМЕРНАЯ СХЕМА ПРИЕМА ПРЕПАРАТА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ КИШЕЧНИКА  
В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВРЕМЕНИ ПРОЦЕДУРЫ:

Время процедуры	1-й прием (вечером накануне)	2-й прием (в день процедуры)	Время процедуры	1-й прием (вечером накануне)	2-й прием (в день процедуры)
08:00	15:00-17:00	02:00-04:00	14:00	21:00-23:00	08:00-10:00
09:00	16:00-18:00	03:00-05:00	15:00	22:00-00:00	09:00-11:00
10:00	17:00-19:00	04:00-06:00	16:00	23:00-01:00	10:00-12:00
11:00	18:00-20:00	05:00-07:00	17:00	23:00-01:00	11:00-13:00
12:00	19:00-21:00	06:00-08:00	18:00	23:00-01:00	12:00-14:00
13:00	20:00-22:00	07:00-09:00	19:00	23:00-01:00	13:00-15:00

## ОДНОЭТАПНАЯ СХЕМА ПОДГОТОВКИ



**Важно!** Раствор препарата готовится из расчета **1 пакетик /1 литр воды** на **15-20 кг массы тела (минимум от 4 пакетов и более)**.  
**Уменьшать количество жидкости нельзя!**

Раствор пить постепенно: по 1 литру в течение часа, по 250 мл каждые 15 минут.

## Для улучшения вкусовых качеств раствора можно:

- Предварительно охладить. Кубики льда, ароматизаторы добавлять запрещено!
- Запивать препарат небольшим количеством сладкого чая с соком лимона;
- Добавить свежевыжатый сок лимона прямо в раствор;
- Сосать леденцы или кубик льда;
- Пить раствор через трубочку для коктейля.

# Натрия сульфат безводный + магния сульфат гептагидрат + калия сульфат (Эзиклен)



Схема **ДВУХЭТАПНОГО** приема препарата, если колоноскопия назначена на ПЕРВУЮ половину дня (до 13:00)\*:

Начало исследования	Прием ПЕРВОЙ дозы – день НАКАНУНЕ процедуры		Прием ВТОРОЙ дозы – В ДЕНЬ процедуры	
	Раствор препарата выпить медленно, в течение 30-60 минут	Разрешенная жидкость – 1 литр	Раствор препарата выпить медленно, в течение 30-60 минут	Разрешенная жидкость – 1 литр
08:00			03:00-04:00	04:00-05:00
09:00	16:00-17:00	17:00-18:00	04:00-05:00	05:00-06:00
10:00			05:00-06:00	06:00-07:00
11:00			06:00-07:00	07:00-08:00
12:00	19:00-20:00	20:00-21:00	07:00-08:00	08:00-09:00
13:00			08:00-09:00	09:00-10:00

Схема **ОДНОЭТАПНОГО** приема препарата, если колоноскопия назначена на ВТОРУЮ половину дня (с 14:00 и далее)\*:

Начало исследования	Прием ПЕРВОЙ дозы – утром В ДЕНЬ процедуры		Прием ВТОРОЙ дозы – В ДЕНЬ процедуры	
	Раствор препарата выпить медленно, в течение 30-60 минут	Разрешенная жидкость – 1 литр	Раствор препарата выпить медленно, в течение 30-60 минут	Разрешенная жидкость – 1 литр
14:00	07:00-08:00	08:00-09:00	09:00-10:00	10:00-11:00
15:00	08:00-09:00	09:00-10:00	10:00-11:00	11:00-12:00
16:00	09:00-10:00	10:00-11:00	11:00-12:00	12:00-13:00
17:00	10:00-11:00	11:00-12:00	12:00-13:00	13:00-14:00
18:00	11:00-12:00	12:00-13:00	13:00-14:00	14:00-15:00
19:00	12:00-13:00	13:00-14:00	14:00-15:00	15:00-16:00

**Важно!** В таблицах указана рекомендуемая схема приема препарата. Подходящая схема может быть определена и скорректирована врачом.

Для достижения качественного очищения кишечника рекомендуется использовать **АЛВЕРИНА ЦИТРАТ+ СИМЕТИКОН (МЕТЕОСПАЗМИЛ)** по схеме:

### ПРИ ДВУХЭТАПНОЙ ПОДГОТОВКЕ:

- **В день приема слабительного препарата накануне исследования:** по 1 капс 2 раза за 20 минут до еды и 1 капсула принимается после приема слабительного раствора.
- **В день проведения колоноскопии:** по 1 капсуле ПОСЛЕ полного приема слабительного раствора.

### ПРИ ОДНОЭТАПНОЙ ПОДГОТОВКЕ:

- **За день до исследования:** по 1 капс 2-3 раза за 20 минут до еды.
- **В день проведения колоноскопии:** по 1 капсуле ПОСЛЕ полного приема слабительного раствора.

**Во время приема препарата для очищения кишечника необходимо соблюдать двигательную активность:**

- ходьба,
- поглаживание живота по часовой стрелке,
- выполнять круговые движения корпусом, наклоны в стороны,
- приседания с собственным весом.

### Важно!

Подготовка считается завершенной, когда стул представляет собой полупрозрачную жидкость желтоватого цвета, без каловых масс.



# ПОДГОТОВКА К КОЛОНОСКОПИИ ПАЦИЕНТОВ СО СТОМОЙ

**Важно!** Рекомендована предварительная консультация врача-эндоскописта для подбора индивидуального моно/-комбинированного типа очищения кишечника.

**Если имеется илеостома** (выведен участок тонкой кишки), то необходимо накануне, а также в день исследования сделать очистительные клизмы до чистой воды, т.к. колоноскопия проводится на отключенную толстую кишку. Препараты, указанные выше, не принимать!

**Если имеется колостома** (выведена толстая кишка), то подготовка толстой кишки проводится согласно инструкции к препарату. Дополнительно необходимо накануне, а также в день исследования сделать очистительные клизмы до чистой воды.

**Опорожнять калоприемник при наполнении на 1\2-1\3.**

**Важно!** С собой взять запасной калоприемник с предварительно вырезанным отверстием на исследование.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОБРАЗУ ЖИЗНИ ПОСЛЕ ИССЛЕДОВАНИЯ:

Рекомендовано соблюдать физический покой, щадящую диету в течение суток.

Если колоноскопия сочеталась с медикаментозным сном, то в течение дня не рекомендуется водить машину, выполнять физические упражнения, принимать важные решения.