


БЕЗ СЕДАЦИИ

# Порядок подготовки к колоноскопии

 Подготовка: 3 дня · Процедура в клинике: 30–40 минут

Перед исследованием важно правильно подготовиться – от этого зависит точность результатов и комфорт процедуры.



## За 3 дня до исследования - ДИЕТА

Цель этого этапа – уменьшить количество клетчатки и остатков пищи в кишечнике, чтобы очищение прошло эффективно.

### Разрешенные продукты

**Мучные изделия и рис:** Белый хлеб, каши (рисовая, овсяная);

**Белок (мясо, рыба, яйца):** Отварные или запечённые мясо, птица, рыба, яйца (отварные, омлет);

**Молочные продукты:** Кефир, ряженка, сыр, сметана, сливочное масло, йогурт без наполнителей;

**Фрукты и сладкое:** ½ банана, мёд (не в сотах), сироп;

**Жидкости:** Бульон (процеженный, без частиц), чай с сахаром, прозрачные соки или морсы без мякоти, негазированная вода.

### Запрещенные продукты

**Грубое мучное и каши:** Все зерно содержащие продукты, цельнозерновой хлеб, макароны, каши (кроме разрешенных), бобовые, отруби;

**Жирное мясо и рыба:** Жирное или жёсткое мясо, колбасы, сосиски, морепродукты, фастфуд;

**Фрукты и овощи:** Свежие овощи, фрукты, ягоды, зелень, грибы, орехи, семечки;

**Сладкое и приправы:** Варенье, джемы, специи, соусы, консервы;

**Напитки:** Газировка, алкоголь, молочные напитки, соки с мякотью, кисели, компоты.

## За 2 дня до исследования

Оставайтесь на лёгкой диете. С этого дня увеличьте объём прозрачных жидкостей – до 1,5–2 л. в день:



Воду  
без газа



Зелёный или  
некрепкий чёрный чай



Прозрачные соки  
(яблочный без мякоти)



Прозрачный  
бульон

## За 1 день до исследования (накануне)

**Завтрак в 9:00** – разрешённые продукты (йогурт без добавок).

Далее – только прозрачные жидкости и **Эзиклен** по схеме. Днём можно лёгкий бульон.

Раствор можно охладить, добавить немного лимонного сока или рассосать леденец – так пить будет легче.

Метеоспазмил 1 капсула 3 раза в день (уменьшает газообразование).

### Как принимать Эзиклен:

- 2 флакона: 1-й вечером, 2-й утром в день исследования.
- Каждый флакон растворите в 500 мл. тёплой воды (мерный стакан в упаковке).
- Пейте медленно, по стакану каждые 15 мин. Советуем использовать коктейльную трубочку;
- После каждого флакона – 1 л. прозрачных жидкостей за 1–1,5 ч.
- Лекарства – за 1 ч. до приёма Эзиклена.

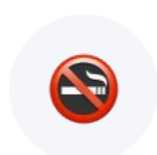


Время колоноскопии	1-я порция (вечером накануне)	2-я порция (утром в день процедуры)
09:00	16:00 – 18:00	03:00 – 04:00
10:00	17:00 – 19:00	04:00 – 05:00
11:00	18:00 – 20:00	05:00 – 06:00
12:00	19:00 – 21:00	06:00 – 07:00
13:00	20:00 – 22:00	07:00 – 08:00
14:00	21:00 – 23:00	08:00 – 09:00
15:00	22:00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

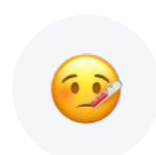
## Важные напоминания



Не забудьте: паспорт и направление на исследование



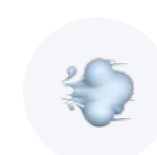
Не курите в день исследования: никотин усиливает кислотность



Есть простуда/ температура – перенесите запись



За 3 дня отмените железо и активированный уголь



При астме возьмите ингалятор – держите его при себе.

## В день исследования

Вторую порцию препарата принимайте в течение 1 ч. (не меньше 1 л.). После этого выпейте ещё 1 л. разрешённой прозрачной жидкости в течение следующего часа.

**⚠ Твёрдую пищу исключить за сутки. Прием любых жидкостей прекратите за 5 ч. до исследования. Строго натошак!!!**

## После исследования

После окончания осмотра можно выпить немного воды и через 30–40 мин. поесть лёгкую пищу (например, кашу или суп-пюре).

Если была биопсия – врач даст индивидуальные рекомендации.