

Диета (за 3-5 дней до колоноскопии)

Разрешено:

- Мясные блюда: стейк-филе, бифштекс, курица, котлеты (без овощей). Без приправ;
- Рыба (нежирные сорта): филе, на пару, на сковороде;
- Яйца: в любом виде (варёные, жареные, яичница-глазунья);
- Кисломолочные продукты: йогурт (без добавок и наполнителей), творог (с вареньем нельзя), сметана, сыр (без добавок), сырки, сыр (твердые сорта);
- Гарниры и каши: манная каша (без добавок или с сахаром), рисовая каша, белый рис, картофельное пюре;
- Сладости: сгущёнка, желе (без фруктов), кисель (который нужно варить), сахар;
- Бульоны (прозрачные), сок без мякоти, чай, вода, безалкогольные неокрашенные напитки (без газа).

Запрещено:

- Все хлебобулочные, мучные и макаронные изделия;
- Овощи, включая картофель, любая зелень, грибы, морскую капусту;
- Крупы, каши, бобовые, злаковые, орехи, семечки, кунжут, мак, зёрна, отруби и др. семена, специи;
- Жёсткое мясо с хрящами, сосиски, колбасы, консервы, морепродукты;
- Фрукты, ягоды, в том числе сухофрукты, варенье, джем, мармелад;
- Чипсы, гамбургеры, шоколад, приправы;
- Алкоголь, газированные напитки, кофе, компот, молоко.

Любые другие продукты и жидкости, не входящие в список разрешённых.

Если вы страдаете хроническими запорами, то за 5-7 дней до колоноскопии необходимо принимать слабительные препараты (для того, чтоб был ежедневный стул), например, Дульколак, Слабилен, Гутталакс и тд. Запрещено принимать касторовое масло и препараты, содержащие клетчатку (Псиллиум).

До процедуры необходимо отменить: активированный уголь (за 5 дней), препараты железа (за 5 дней), препараты висмута (улькавис, де-нол) кроворазжижающие препараты (аспирин, клопидогрель, ксарелто, варфарин, эликвис, продакса, итд).

Перед отменой препаратов, влияющих на свёртывающую активность крови **необходимо проконсультироваться с лечащим врачом (кардиолог, терапевт).**

Если колоноскопия будет проводиться под наркозом, за три часа до исследования приём какой-либо жидкости запрещён.

Также в этот день следует воздержаться от управления автомобилем. На обследование лучше приехать на такси или общественном транспорте. Желательно сопровождение. **Необходимо сдать следующие анализы:**

- общий анализ крови (развернутый), показатели гемостаза (ПО, ПВ, АЧТВ, фибриноген), глюкоза в крови, (срок годности 14 дней);
- ЭКГ с расшифровкой (срок годности 30 дней);
- ФЛГ (либо рентгенография/МСКТ органов грудной клетки (срок годности 1 год);
- осмотр терапевта (срок годности 30 дней).

При наличии сопутствующей патологии (сахарный диабет, хроническая болезнь почек, итд), дополнительные обследования (биохимич. анализ крови, инструментальные обследования) и консультации смежных специалистов (нефролог, кардиолог, эндокринолог) назначаются по усмотрению врача-терапевта или врача-анестезиолога (при первичной консультацией перед седацией).

День накануне исследования

- Последний прием пищи не позднее 15:00
- После 15:00 - бульоны (прозрачные жидкости), сок без мякоти, чай, вода, безалкогольные неокрашенные напитки (без газа).

Медикаментозная подготовка

Объем препарата и дополнительной жидкости зависит от выбранного лекарства. Количество жидкости уменьшать нельзя. Подготовка проводится одним препаратом.

Первый этап подготовки

- Фортранс – 2 литра, дополнительно можно пить разрешенные жидкости
- Эзиклен – 500 мл, дополнительно необходимо выпить не меньше 1 литра разрешенной жидкости
- Лавакол – 10 пакетиков, каждый развести в 200 мл воды. Дополнительно необходимо выпить 1 литр разрешенной жидкости
- Пикопреп (рекомендован только детям) – развести 1 пакетик в стакане воды, дополнительно выпить не меньше 5 стаканов жидкости.

Второй этап подготовки

- Фортранс – 2 литра
- Эзиклен – 500 мл, дополнительно необходимо выпить не меньше 1 литра разрешенной жидкости
- Лавакол - 5 пакетиков, каждый развести в 200 мл воды.
- Пикопреп (рекомендован только детям) – развести 1 пакетик в стакане воды, дополнительно выпить не меньше 5 стаканов жидкости.

К последней дозе препарата рекомендуется добавить 10 мл эмульсии Симетикона (Боботик, Эспумизан, Сабсимплекс).

Время колоноскопии	Первый этап подготовки	Второй этап подготовки
08:00-09:00	Накануне с 18:00 до 20:00	В день исследования с 03:00 до 05:00
10:00-11:00	Накануне с 18:00 до 20:00	В день исследования с 05:00 до 07:00
12:00-13:00	Накануне с 18:00 до 20:00	В день исследования с 07:00 до 09:00
14:00-15:00	В день исследования с 06:00 до 08:00	В день исследования с 09:00 до 11:00
16:00-17:00	В день исследования с 08:00 до 10:00	В день исследования с 11:00 до 13:00

Примечание: 1 литр раствора или разрешенной жидкости принимается в течение 1 часа; завершить прием препарата за 3-4 часа до исследования; за 3-4 часа до наркоза строго запрещено принимать любую жидкость.

При затруднении приема раствора препарата, связанном с его вкусовыми качествами, можно пить раствор охлажденным, через коктейльную трубочку (соломинку), в промежутках пить или запивать раствор небольшим количеством воды, сладкого чая, а также рассасывать леденцовую карамель, мед, лимон и т.д. Во время приема препарата рекомендуется

соблюдать двигательную активность (ходить по квартире, выполнять круговые движения корпусом тела, приседания), хорошо выполнять самомассаж живота, особенно в случаях замедленного действия препарата.

Первый стул начинается через 1.5-2 часа после приема раствора, активное действие препарата – через 1.5-2 часа после окончания приема раствора. Это необходимо учитывать при планировании дороги в клинику.

К окончанию подготовки стул будет представлять собой бесцветную или слегка окрашенную жидкость.

Если у вас колостома (сигмостома, трансверзостома, десцендостома) необходимо дополнительно подготовиться клизмами. При наличии илеостомы подготовка проводится только клизмами. В остальных случаях не рекомендуется заменять подготовку препаратами на клизмы или добавлять их к подготовке.

Подготовить и взять с собой все медицинские документы (предыдущие исследования, выписки). Также на процедуру следует взять запасную одежду: чистые носки и футболку (для мужчин) или ночную сорочку либо халат (для женщин).

Взять личные средства для неотложной помощи: сладкое для пациентов с сахарным диабетом; ингалятор – пациентом с бронхиальной астмой; нитропрепараты при ишемической болезни сердца, итд. В день исследования (за 4 часа до наркоза) пациентам с гипертонической болезнью, артериальной гипертензией разрешается принять гипотензивные препараты, которые они принимают регулярно в утренние часы.

Общие рекомендации при сахарном диабете:

- необходимо записаться на исследование в первой половине дня;
- непосредственно перед исследованием или утром в день исследования определить свой уровень гликемии и взять глюкометр (или другое устройство для определения гликемии) с собой;
- для правильного расчета дозировки инсулина (с учетом предстоящей диеты и приемом препарата для подготовки) необходима консультация врача-эндокринолога.