



# МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР ООО «ЗДОРОВЬЕ СЕМЬИ»

---

## Памятка пациенту при подготовке к фиброгастродуоденоскопии (ФГДС (ФГС))

1. В течение 1-2-х дней исключить из пищи все продукты, вызывающие у пациента вздутие кишечника (овощи, фрукты в свежем виде, квашеную капусту, соленья и пр.)
2. накануне вечером: легкоусвояемый (без салатов!) ужин до 18.00 час.

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** - завтракать и принимать любую пищу, даже если исследование проходит во второй половине дня.

### **Утром в день исследования:**

**НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ** - курить, принимать лекарства в таблетках (капсулах) внутрь.

Перед исследованием нужно снять съемные зубные протезы, очки, галстук.

### **В день исследования до проведения ФГДС:**

#### **РАЗРЕШАЕТСЯ:**

- чистить зубы и делать УЗИ брюшной полости и других органов,
- за 2-4 часа пить воду, некрепкий чай с сахаром (без хлеба, варенья, конфет),
- принимать лекарства, которые можно рассасывать в полости рта, не заглатывая или взять с собой,
- делать уколы, если не требуется после укола прием пищи и нет возможности сделать его после ФГДС.

### **Внимание!**

- Никакой специальной диеты перед ФГС (ФГДС) не требуется, но шоколад (шоколадные конфеты), семечки, орехи, острые блюда и алкоголь исключить за 2 дня, при исследовании с 11 часов и позже - желательно утром и за 2-3 часа до процедуры выпить мелкими глотками один стакан негазированной воды или некрепкого чая (без варенья, конфет, печенья, хлеба и др.).

Важно, чтобы:

- одежда была просторной, ворот и ремень расстегнуты;
- духами, одеколоном Вы не пользовались;
- Вы своевременно предупредили врача о наличии у Вас лекарственной, пищевой и иной аллергии.
- с собой необходимо иметь:
  - постоянно принимаемые лекарства (принять после осмотра, а под язык или спрей при ИБС, бронхиальной астме - до осмотра!),
  - данные предыдущих исследований ФГДС (для определения динамики заболевания) и биопсии (для уточнения показаний к повторной биопсии),
  - ответы анализов.



# МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР ООО «ЗДОРОВЬЕ СЕМЬИ»

## Памятка пациенту при подготовке к колоноскопии

Первым требованием является особая, бесшлаковая диета – подготовка к процедуре колоноскопии не может быть полноценной без соблюдения этого условия.

Второе требование – это тщательное очищение кишечника, которое можно выполнить разными способами.

При этом нужно помнить, что подготовка – диета и очищение кишечника – должна выполняться заранее, а не непосредственно в день обследования.

### **Бесшлаковая диета перед колоноскопией**

Шлаковая пища включает в себя те продукты, которые вызывают вздутие кишечника и объёмный стул. Именно их и нужно исключить за 2 – 3 дня до обследования.

*Диета перед колоноскопией не должна содержать:*

- Свежие овощи (свеклу, морковь, белокачанную капусту, репу, редьку, редис, лук, чеснок)
- Зелень (щавель, шпинат)
- Некоторые каши (овсяную, перловую, пшённую)
- Бобовые (чечевицу, фасоль, горох, бобы)
- Фрукты (абрикосы, персики, яблоки, финики, апельсины, бананы, мандарины, виноград, изюм)
- Орехи
- Ягоды (малину, крыжовник)
- Чёрный хлеб
- Молоко, газированные напитки и квас

Диета при колоноскопии может включать в себя:

- Ненаваристые бульоны
- Нежирную отварную говядину, птицу, рыбу
- Кисломолочные продукты
- Белый хлеб из муки грубого помола или несдобное печенье

Накануне обследования последний приём пищи должен быть не позднее 12-00 дня. Можно пить чай, минеральную или простую воду. На ужин разрешается только чай. Утром питание перед колоноскопией должно состоять исключительно из жидкостей, например, чая или воды.

### **Колоноскопия – подготовка с помощью клизм**

Вторым обязательным требованием качественной подготовки к колоноскопии является тщательное очищение кишечника. До недавнего времени единственным способом сделать это были клизмы. Клизму нужно ставить вечером накануне обследования и утром в день проведения колоноскопии. Вечером кишечник очищают дважды: в 19-00 и 20-00 часов, либо чуть позже – в 20-00 и 21-00 час. Разовый объём клизмы должен быть не менее полутора литров, а «мыть» кишечник нужно до чистой воды.

Вечернюю очистительную клизму можно сочетать с приёмом слабительных средств. Сделать это нужно не позднее 16-00, чтобы до вечера кишечник очистился.

Утром, в день обследования клизму повторяют ещё дважды – в 7-00 и 8-00.

**Также, в настоящее время, для более комфортного и качественного очищения кишечника перед колоноскопией, используют специальные слабительные средства, принимаемые по определённым схемам.**