

Памятка для подготовки к ФКС (колоноскопии).

Рекомендуемые препараты для подготовки: Лавакол, Эзиклен, Мовипреп.

Накануне дня исследования прием твёрдой пищи (бесшлаковая диета из списка разрешенных продуктов) необходимо полностью исключить после 09:00, далее пить прозрачные жидкости в любом количестве.

Перед обследованием за 3 дня до исследования необходимо соблюдать диету с низким содержанием клетчатки (при хронических запорах – за 5 дней до исследования) и пить побольше чистой воды.

РАЗРЕШЕНО	ЗАПРЕЩЕНО
<p>Белковая пища:</p> <ul style="list-style-type: none">• Яйца в смятку, сыр;• обезжиренное молоко и кисломолочные продукты;• отварное нежирное мясо и птица (кроме колбасных изделий);• нежирные сорта рыбы;• паста (макароны). <p>Жидкости:</p> <ul style="list-style-type: none">• прозрачные бульоны;• чай и кофе (можно с молоком);• сок без мякоти (прозрачный или жёлтого цвета – яблоко/виноград);• безалкогольные неокрашенные напитки, вода.	<p><i>Продукты, богатые клетчаткой – растительная пища:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• овощи, фрукты, ягоды, зелень - в любом виде;• хлебобулочные изделия;• крупы, каши, злаковые, бобовые;• кунжут, орехи, мак (сушки, булочки и т.д.), семечки и мелкие зерна, а также продукты, содержащие косточки и зерна (хлеб со злаками и семечками, варенье и т.д.);• морские водоросли, грибы. <p><i>Жидкости:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• алкоголь;• сладкие окрашенные газированные напитки;• тан, кумыс, квас;• любые соки с мякотью.

ЛАВАКОЛ:

ВАЖНО готовить раствор отдельными пакетиками — 1 пакетик на 200-250 мл воды, (НЕ ГОТОВИТЬ раствор на 1-2-3 литра сразу, ЭФФЕКТИВНОСТЬ СНИЖАЕТСЯ!).

- ✓ **Вечером накануне исследования** необходимо развести и выпить 15 пакетов раствора Лавакол с 19:00 до 22:00. Содержимое 1 пакетика препарата разводить в 1 стакане воды (200-250 мл) комнатной температуры. Принимать приготовленный раствор по 200-250 мл через 15-20 мин. После каждой порции Лавакола выпить 1 стакан чистой негазированной воды.
- ✓ **В день исследования** разрешено пить только чистую негазированную воду.

ЭЗИКЛЕН:

Обязательна двухэтапная подготовка, не зависимо от времени назначенного исследования. Время приема раствора обсуждается с врачом и зависит от того, на какое время назначено исследование.

- ✓ **Вечером накануне исследования** необходимо выпить 500 мл раствора Эзиклен с 18:00 до 19:00 (или с 19:00 до 20:00), после которого выпить еще 1 литр разрешенной жидкости (вода, прозрачный бульон, фруктовый сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольные неокрашенные напитки, чай и кофе без молока).
- ✓ **Утром в день исследования** (с 05:00 до 07:00) выпить еще 500 мл раствора Эзиклен, в который необходимо добавить пеногаситель – 1/2 флакона эмульсии Симетикона (сироп, т.е. жидкая форма! Не таблетки и не капсулы!) Эспумизана (или Боботика, или Сабсимплекса), после чего выпить еще 1 литр разрешенной жидкости (вода, прозрачный бульон, фруктовый сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольные неокрашенные напитки, чай и кофе без молока).

Общие рекомендации по подготовке препаратами.

Любой из растворов следует пить дробно, небольшими глотками (залпом не пить!) - 250 мл (1 стакан) каждые 15 минут. В самом начале приема раствора препарата или при быстром его приеме в большом количестве может появиться тошнота, рвота.

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 (конфетки леденцы типа «барбарисок»), мед, лимон и т.д. Облегчает вкусовые качества добавление симетикона в раствор препарата.

В случае несоблюдения вышеуказанной дозировки и рекомендаций кишечник очистится не полностью и исследование будет не информативным, придется готовиться и проходить колоноскопию повторно!

При себе обязательно нужно иметь большую полноразмерную простынь, документы, направление и предыдущее заключение (если имеется).