

Подготовка к колоноскопии

От качества подготовки к колоноскопии зависит диагностическая точность исследования. Подготовка состоит из четырёх шагов:

Шаг 1. Бесшлаковая диета (за 3 дня до исследования)

За 3 дня до проведения исследования необходимо соблюдать бесшлаковую диету с исключением из рациона растительной клетчатки.

Разрешено

- Крекеры (без добавок, кунжута и мака)
- Нежирный творог, сыры, натуральный йогурт (без добавок), не более 2 стаканов обезжиренного молока
- Супы на нежирном бульоне
- Блюда из нежирной говядины, телятины, индейки; курица в отварном виде, а также в виде фрикаделек, тефтелей
- Нежирные сорта рыбы (треска, судак, окунь, щука)
- Сахар, мёд, желе (без кусочков фруктов), сироп
- Чай, некрепкий кофе, компоты, кисели, соки (прозрачные, без мякоти, сухофруктов, ягод и зёрен)

Запрещено

- Чёрный и белый хлеб, все зерносодержащие продукты (цельное зерно, продукты с размельчёнными зёрнами, орехами, маком, кунжутом, кокосовой стружкой и т. д.)
 - Йогурт с наполнителями (кусочки фруктов и ягод, мюсли), пудинг, сметана, мороженое, жирный творог
 - Щи, борщ, молочные супы, крем-супы, окрошку
 - Жирные сорта мяса, утку, гуся, копчёности, колбасы, сосиски
 - Жирные сорта рыбы (сельдь, скумбрия, форель, лосось)
 - Все свежие овощи, капусту в любом виде, все разновидности зелени, все фрукты, ягоды, сухофрукты (изюм, чернослив, курагу)
 - Острые приправы (хрен, перец, горчица, лук, уксус, чеснок), приправы с зёрнами и травами, соленья, консервы, солёные и маринованные грибы, морские водоросли
 - Алкогольные напитки, квас, газированную воду, напитки из сухофруктов
-

Шаг 2. Режим питания накануне и в день исследования

Накануне исследования

- Лёгкий завтрак и лёгкий обед — до 13:00.
- После 15:00 принимать пищу запрещено.
- Далее пить **только прозрачные жидкости** в любом количестве: бульоны, чай, сок без мякоти, воду.

В день исследования

- Принимать пищу запрещено.
 - Можно употреблять только негазированную воду.
 - Если исследование планируется под анестезией (седацией), прекратить потребление жидкости необходимо не менее чем за **4 часа** до обследования.
 - Приём плановых медикаментозных препаратов допустим до 08:00 (запить небольшим количеством воды).
-

Шаг 3. Отмена и корректировка лекарств

За 3 суток до исследования прекратить приём:

- железосодержащих препаратов (Сорбифер, Феррум-Лек и др.);
- висмутсодержащих препаратов (Де-Нол, Улькавис и др.);
- препаратов на основе активированного угля и лигнина (Полифепан).

Препараты, влияющие на свёртываемость крови (антикоагулянты, антиагреганты):

- Самостоятельно отменять их нельзя — обязательна консультация лечащего врача.
- Если колоноскопия будет сопровождаться полипэктомией, препараты, предупреждающие тромбообразование, отменяют за несколько дней. С врачом следует проконсультироваться заблаговременно.

Препараты, которые не нужно отменять:

Если вы на постоянной основе принимаете препараты, снижающие артериальное давление, предупреждающие судороги, нормализующие ритм сердца или обладающие гормональной активностью, — их не стоит отменять на этапе подготовки. В день обследования препарат можно принять, запив небольшим объёмом воды (1–2 глотка).

Пациенты с сахарным диабетом:

- Если вы находитесь на инсулинотерапии, схему введения инсулина может потребоваться изменить. Для этого необходима консультация эндокринолога **до начала подготовительного этапа**.
- Пациентам с сахарным диабетом колоноскопию необходимо записывать только на утренние часы.

При нерегулярном стуле:

Если стул нерегулярный или дефекация происходит с затруднениями, за 5 суток до колоноскопии следует начать приём слабительных препаратов наиболее физиологичного действия, которые обеспечат ежедневное опорожнение кишечника. Оптимальный слабительный препарат поможет подобрать лечащий врач.

Шаг 4. Приём препарата для очищения кишечника

Выбор препарата и схемы его приёма для подготовки к колоноскопии осуществляется лечащим врачом. Возможные варианты: Фортранс, Лавакол, Эзиклен, Мовипреп.

Необходимо ознакомиться с инструкцией к выбранному препарату и строго ей следовать.

Что взять с собой в день исследования

- Длинную хлопковую футболку и хлопковые носки
 - Направление на исследование
 - Результаты предыдущих колоноскопий (если были)
 - Паспорт и полис ДМС
-

Краткая шпаргалка

1. **За 5 дней** — при нерегулярном стуле начать приём слабительных (по назначению врача).
 2. **За 3 дня** — бесшлаковая диета: только легкоусвояемые продукты, без клетчатки. Прекратить приём железа, висмута, активированного угля.
 3. **Накануне** — лёгкий завтрак и обед до 13:00. После 15:00 — только прозрачные жидкости. Принять препарат для очищения кишечника по схеме.
 4. **В день исследования** — не есть. Только негазированная вода. При седации — прекратить жидкость за 4 часа. Лекарства — до 08:00.
 5. **С собой** — футболка, носки, направление, паспорт, полис ДМС, результаты прошлых исследований.
-

Если остались вопросы по схеме приёма конкретного очищающего препарата или по отмене лекарств — обязательно задайте их врачу до начала подготовки.