

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К КОЛОНОСКОПИИ



ТУЛЬСКИЙ
ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

ВАЖНО! КАЧЕСТВЕННАЯ ПОДГОТОВКА

- Значительно снижает риск возникновения болевого синдрома во время проведения колоноскопии.
- Время исследования уменьшается в среднем на 25%
- Уменьшается вероятность повторного исследования
- Повышается диагностическая ценность исследования
- Уменьшается риск развития осложнений

ЗА ТРИ-ЧЕТЫРЕ ДНЯ ДО КОЛОНОСКОПИИ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПЕРЕЙТИ НА ДИЕТУ

РАЗРЕШЕНО:

- Мясо и птица нежирных сортов в отварном виде, нежирные мясные бульоны без овощей (процеженные)
- Сахар, мед (не в сотах), желе, сироп
- Сыр, натуральный йогурт (без добавок и наполнителей), нежирный кефир и творог
- Яйца в отварном виде
- Блюда из рыбы нежирных сортов (трески, судака, окуня, щуки) в отварном или паровом виде
- Чай, некрепкий кофе без добавления сливок/молока, вода без газа, соки без мякоти

ЗАПРЕЩЕНО:

- Мучные изделия и крупы: все зерносодержащие продукты (цельное зерно, продукты с содержанием размельченных зерен, орехов, мака, кокосовой стружки и т.д.), черный хлеб, бобовые, горох, чечевица и др.
- Овощи и фрукты: все свежие и сушеные овощи и фрукты, капуста в любом виде, изюм и ягоды, особенно с мелкими косточками, все разновидности зелени.
- Супы: щи и борщи из капусты, молочные супы, крем-супы, окрошка;
- Мясо, рыба: жирные сорта рыбы и мяса, копчености, колбасы, сосиски.
- Молочные продукты: йогурт, содержащий наполнители, сливки, сметана, мороженое, жирный творог.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ РЕЖИМ ПИТАНИЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВРЕМЕНИ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЦЕДУРЫ

Колоноскопия	День накануне исследования	День исследования
08:00 - 10:00	Завтрак согласно списку разрешенных продуктов Обед и ужин: только разрешенные жидкости	Только разрешенные жидкости
11:00 - 14:00	Завтрак и легкий обед: согласно списку разрешенных продуктов. Ужин: только разрешенные жидкости.	Только разрешенные жидкости
15:00 - 19:00	Завтрак, обед и легкий ужин (до 18:00): согласно списку разрешенных продуктов.	Только разрешенные жидкости

ФАКТОРЫ РИСКА ПЛОХОЙ ПОДГОТОВКИ

- Резекция толстой кишки в анамнезе, наличие колостомы
- Выраженный спаечный процесс после операций на органах брюшной полости и малого таза
- Хронические воспалительные заболевания толстого кишечника (Болезнь Крона, Язвенный колит и т.д.)
- Запор
- Ожирение
- Пожилой возраст
- Прием антидепрессантов и опиоидных препаратов
- Цирроз печени
- Сахарный диабет
- Болезнь Паркинсона
- Плохая подготовка в анамнезе (без видимых причин при соблюдении нижеописанных правил)

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА

Необходима для лиц, входящих в группу риска плохой подготовки. За 7 дней до назначенной даты исследования необходимо начать прием слабительных (исключаются растительные слабительные, такие как Фитомуцил и Мукофальк). Это может быть Дюфалак, Форлак, Бисакодил, Сенаде. Цель - добиться регулярного, желательного ежедневного, стула в течение 7 дней до назначенной даты исследования

ПРЕПАРАТЫ ВЫБОРА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА: ФОРТРАНС, ЭЗИКЛЕН

ВАЖНО! ПЕРЕД НАЗНАЧЕНИЕМ КАКОГО-ЛИБО КОНКРЕТНОГО ПРЕПАРАТА СЛЕДУЕТ ОЗНАКОМИТЬСЯ С ЕГО ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМИ. ПОДГОТОВКА ДОЛЖНА ЗАКАНЧИВАТЬСЯ ЗА 4 ЧАСА ДО НАЧАЛА ИССЛЕДОВАНИЯ.

ДЛЯ ИНОГОРОДНИХ ПАЦИЕНТОВ ДОПУСКАЕТСЯ БОЛЕЕ РАНЕЕ.

Окончание подготовки (за 4-5 часов до начала исследования). С каждым последующим часом подготовка ухудшается в среднем на 10%, даже в отсутствии приема пищи. Для пациентов с колостомой подготовка отключенной части толстой кишки очистительными клизмами накануне вечером и утром в день исследования. С данной целью следует использовать кружку Эсмарха (2000мл), т.к. использование спринцовок не дает желаемого уровня очистки. Если у Вас имеются хронические заболевания, то следует продолжить прием препаратов, назначенных иными врачами-специалистами. За 5 дней до исследования необходимо отменить препараты железа, висмута (Де-Нол, Улькавис), активированного угля. При наличии сахарного диабета - не принимать таблетированные препараты, снижающие уровень сахара, а также не вводить инсулин короткого действия на период воздержания от приема пищи. Усилить контроль уровня гликемии за 3 дня до исследования (с дня начала специальной диеты)! При низком уровне сахара (менее 4,5 ммоль/л) выпить сладкую воду (не позднее, чем за 2 часа до исследования), рассосать карамель/кусочек сахара-рафинада. При нестабильном уровне гликемии перед началом подготовки следует получить консультацию эндокринолога.

СХЕМА ПРИЕМА ПРЕПАРАТА ФОРТРАНС, ЕСЛИ КОЛОНОСКОПИЯ НАЗНАЧЕНА НА ПЕРВУЮ ПОЛОВИНУ ДНЯ

Время процедуры	1-й прием 2 литра раствора (накануне вечером)	2-й прием 2 литра раствора (в день исследования)
08:00	15:00 - 17:00	03:00 - 05:00
09:00	16:00 - 18:00	04:00 - 06:00
10:00	17:00 - 19:00	05:00 - 07:00
11:00	18:00 - 20:00	06:00 - 08:00
12:00	19:00 - 21:00	07:00 - 09:00
13:00	20:00 - 22:00	08:00 - 10:00
14:00	21:00 - 23:00	09:00 - 11:00
15:00	22:00 - 00:00	10:00 - 12:00
16:00	23:00 - 01:00	11:00 - 13:00
17:00	23:00 - 01:00	12:00 - 14:00
18:00	23:00 - 01:00	13:00 - 15:00
19:00	23:00 - 01:00	14:00 - 16:00

СХЕМА ДВУХЭТАПНОГО ПРИЕМА ЭЗИКЛЕНА, ЕСЛИ КОЛОНОСКОПИЯ НАЗНАЧЕНА НА ПЕРВУЮ ПОЛОВИНУ ДНЯ

	Прием ПЕРВОЙ дозы - день НАКАНУНЕ процедуры		Прием ВТОРОЙ дозы - В ДЕНЬ исследования	
Начало исследования	Раствор препарата выпить медленно в течение 30-60 минут	Разрешенная жидкость 1 литр	Раствор препарата выпить медленно в течение 30-60 минут	Разрешенная жидкость 1 литр
08:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	03:00 - 04:00	04:00 - 05:00
09:00			04:00 - 05:00	05:00 - 06:00
10:00			05:00 - 06:00	06:00 - 07:00
11:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00	06:00 - 07:00	07:00 - 08:00
12:00			07:00 - 08:00	08:00 - 09:00
13:00			08:00 - 09:00	09:00 - 10:00

СХЕМА ОДНОЭТАПНОГО ПРИЕМА ЭЗИКЛЕНА, ЕСЛИ КОЛОНОСКОПИЯ НАЗНАЧЕНА НА ВТОРУЮ ПОЛОВИНУ ДНЯ

	Прием ПЕРВОЙ дозы - УТРОМ В ДЕНЬ ИССЛЕДОВАНИЯ		Прием ВТОРОЙ дозы - УТРОМ В ДЕНЬ ИССЛЕДОВАНИЯ	
Начало исследования	Раствор препарата выпить медленно в течение 30-60 минут	Разрешенная жидкость 1 литр	Раствор препарата выпить медленно в течение 30-60 минут	Разрешенная жидкость 1 литр
14:00	07:00 — 08:00	08:00 — 09:00	09:00 — 10:00	10:00 — 11:00
15:00	08:00 — 09:00	09:00 — 10:00	10:00 — 11:00	11:00 — 12:00
16:00	09:00 — 10:00	10:00 — 11:00	11:00 — 12:00	12:00 — 13:00
17:00	10:00 — 11:00	11:00 — 12:00	12:00 — 13:00	13:00 — 14:00
18:00	11:00 — 12:00	12:00 — 13:00	13:00 — 14:00	14:00 — 15:00
19:00	12:00 — 13:00	13:00 — 14:00	14:00 — 15:00	15:00 — 16:00

ПАМЯТКА: КАК ОБЛЕГЧИТЬ ПРИЕМ ФОРТРАНСА / ЭЗИКЛЕНА

- Строго следуйте бесшлаковой диете.
 - Приготовленный раствор обязательно охладите в холодильнике.
 - Пейте через соломинку - соломинка позволяет направить жидкость сразу вглубь рта, минуя основные вкусовые рецепторы на языке. Лимонный сок, прозрачный яблочный или белый виноградный сок (без мякоти), леденцы (без красного/фиолетового/синего красителя) помогут снизить вкусовые «неприятности»
 - Техника приема: «Правило 3-х НЕ»: НЕ нюхать, НЕ задерживать во рту, НЕ спешить. Не пытайтесь выпить все залпом
 - Способы улучшить вкус и снять тошноту: добавление сока: можно добавить 10-15 мл (1 ст. ложку) прозрачного сока или свежевыжатого лимонного сока.
- ВАЖНО:** Сделайте большой глоток раствора. Сразу же положите в рот дольку лимона, кубик замороженного сока (из разрешенных) или леденец без окрашивающего красителя. Можно просто пососать дольку лимона или кусочек имбиря
- Что делать при возникновении рвоты? Не пейте 30-40 минут. Успокойтесь. После перерыва продолжите пить медленнее. Главное – результат. Цель – прозрачная жидкость на выходе. Если это достигнуто, значит, подготовка успешна, даже если вы выпили не весь объем.
 - Чего делать **НЕЛЬЗЯ**: не разводите раствор в газированной воде, сладкой газировке, молоке, кефире. Не добавляйте сахар, мед, сиропы с красными/темными красителями. Не пейте раствор залпом (больше 250 мл за раз). Не ложитесь сразу после приема порции.
 - Дополнительные советы: двигайтесь. Между приемами не лежите, а медленно ходите по квартире, делайте легкий массаж живота по часовой стрелке. Это стимулирует перистальтику.
- Важное примечание: всегда в приоритете – индивидуальные инструкции вашего врача!