



Колоноскопия — высокоинформативный метод диагностики заболеваний толстой кишки. Качество исследования напрямую зависит от того, насколько тщательно вы подготовите кишечник.

Почему подготовка так важна?

Некачественная подготовка может повлиять на точность постановки диагноза и потребовать проведения повторной процедуры с использованием слабительного препарата.

Для качественной подготовки необходимо начать подготовку за 3 дня до исследования:

- изучить и строго соблюдать рекомендации по диете;
- следовать всем рекомендациям по приему слабительного препарата.

Диета для подготовки к исследованию

Диета для подготовки — это легкоусвояемая рафинированная пища, почти не содержащая неперевариваемых веществ.

Разрешено

1. Мясо и птица нежирных сортов в отварном виде, нежирные мясные бульоны без овощей (прозрачные, процеженные)
2. Сахар, мед (не в сотах), желе, сироп
3. Сыр, натуральный йогурт (без добавок и наполнителей), нежирный кефир и творог
4. Яйца в отварном виде
5. Блюда из рыбы нежирных сортов (треска, судак, окунь, щука) в отварном или паровом виде
6. Чай, некрепкий кофе без добавления сливок/молока, вода без газа, соки без мякоти

Запрещено

1. Жирные сорта мяса и рыбы, утка, гусь
2. Все бобовые (горох, чечевица и др.)
3. Копчености, колбасы, сосиски
4. Консервы, все соленья (овощи, грибы, морские водоросли)
5. Алкоголь, квас, газированная вода, напитки из чернослива
6. Молоко, молочные супы (крем-супы, окрошка), йогурт с добавками, пудинг, сливки, сметана, жирный творог, мороженое
7. Все специи и острые приправы (хрен, перец, горчица, лук, уксус, чеснок), а также все соусы с зернами, травами, все разновидности зелени
8. Все зерносодержащие продукты: хлеб, крупы
9. Свежие и сушеные овощи и фрукты, грибы (включая капусту и супы из капусты), изюм и ягоды, особенно с мелкими косточками

Важно: следует избегать красных и фиолетовых жидкостей. Разрешенные продукты и жидкости не должны содержать мелкие косточки, зерна, семена, отруби.

Двухэтапная схема подготовки (2л + 2л)

1-й и 2-й день подготовки

Соблюдение описанной выше диеты.

3-й день (накануне исследования) — ЖИДКОСТИ + 2 л ФОРТРАНСА

- В течение дня можно пить только прозрачные жидкости в неограниченном количестве: негазированную воду, прозрачный бульон, зеленый чай, прозрачные соки без мякоти.
- Принять первые 2 литра раствора Фортранса согласно схеме ниже.
- Пить по 1 литру в течение часа (по 1 стакану — 250 мл — каждые 15 минут).

4-й день (день исследования) — ЖИДКОСТИ + 2 л ФОРТРАНСА

- Можно употреблять ТОЛЬКО негазированную воду.

- Принять вторые 2 литра раствора Фортранса согласно схеме ниже.
- Пить по 1 литру в течение часа (по 1 стакану — 250 мл — каждые 15 минут).
- После приема 1 литра раствора Фортранса можно принять 30 мл симетикона.

Схема приема Фортранса в зависимости от времени процедуры

Время процедуры	1-й прием (вечер накануне)	2-й прием (в день процедуры)
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	18:00 – 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	00:00 – 02:00	12:00 – 14:00
18:00	01:00 – 03:00	13:00 – 15:00

19:00	02:00 – 04:00	14:00 – 16:00
20:00	03:00 – 05:00	15:00 – 17:00

Как правильно приготовить и принять раствор Фортранса

1. Пропорция: 1 пакетик на 1 литр воды. Уменьшать количество жидкости нельзя!
2. Темп приема: пить постепенно — по 1 литру в течение часа, по 250 мл каждые 15 минут.
3. Активность: во время приема рекомендуется ходить, выполнять круговые движения корпусом.
4. Для улучшения вкуса: можно добавить в раствор сок цитрусовых без мякоти и пить его охлажденным.
5. Что ожидать: примерно через 1 час после начала приема появится жидкий стул, не сопровождающийся болезненными ощущениями.
6. Завершение: опорожнение кишечника завершится выделением прозрачной или слегка окрашенной жидкости через 2–3 часа после приема последней дозы раствора Фортранса.