

1. За три дня до колоноскопии требуется соблюдение диеты.

Исключить из рациона: пшеничный и зерновой хлеб, изделия из муки грубого помола, овсяное печенье, все продукты содержащие отруби или цельные зерна, каши (пшенная, пшеничная, овсяная, гречневая), мюсли, овощи, орехи, капуста, бобовые, молоко; фрукты и ягоды, особенно содержащие косточки, такие как: киви, малина.

Рекомендуется потреблять: говядина, свинина, курица, индейка, постная ветчина, рыба, блины, белый хлеб, блюда из картофеля без кожи (отварной, пюре); яйца, томаты без шкурки, фруктовый сок; кондитерские изделия из белой муки, спагетти и макароны, белый рис, карамель, шоколад, песочный или бисквитный торт, мороженое; сыр, масло, творог, йогурт, желе, мармелад, сахар или мед, сиропы. Дополнительно рекомендуется пить до 2,5 литров жидкости в день, это может быть питьевая негазированная вода, нежирные бульоны, морсы, соки без мякоти, чай с сахаром или мёдом, компоты без ягод и мелких косточек (если нет заболеваний, при которых обильное питье противопоказано).

Если Вы страдаете запорами, рекомендовано ежедневно в течение 3–4 дней до колоноскопии принимать слабительные препараты, например «Форлак» 1–2 пакетика в день.

2. За день до проведения колоноскопии.

Утром – «легкий» завтрак (можно употреблять говядину, свинину, курицу, индейку, сало, постную ветчину, рыбу, блины, белый хлеб, яйца, фруктовый сок, кондитерские изделия из белой муки, шоколад, песочные или бисквитные торты, мороженое, сыр, масло, творог, йогурт, желе, мармелад, сахар или мед, сиропы). Дополнительно в течение всего дня рекомендуется пить достаточное количество жидкости – до 2 литров (питьевую воду, морсы, соки без мякоти, чай с сахаром или мёдом, компоты и морсы без ягод и косточек/семян). Не рекомендуется пить непрозрачные жидкости: молоко, кисель, кефир. ***После завтрака, вплоть до исследования на следующий день, нельзя принимать твердую пищу, разрешается только пить прозрачные жидкости.*** В 15:00 «легкий» жидкий обед - нежирные бульоны, сок, чай с сахаром или мёдом.

Приобрести в аптеке препарат «Фортранс» - 4 пакета или «Эндофальк» - 8 пакетов.

3. Вечером перед исследованием.

В 18:00 необходимо приготовить раствор «Фортранс» или «Эндофальк» следующим образом:

- **2 пакета препарата «Фортранс» развести в 2-х литрах питьевой негазированной воды комнатной температуры.** Для улучшения вкуса «Фортранс» допустимо выжать ½ лимона на 1 литр раствора. Так же можно растворить «Фортранс» в холодном чае или прозрачном соке, например, яблочном.

- **или 4 пакета препарата «Эндофальк» развести в 2-х литрах питьевой негазированной воды комнатной температуры, то есть 2 пакета на 1 литр воды.**

Два литра приготовленного раствора «Фортранс» или «Эндофальк» необходимо принимать в течение 2-х часов, с 18:00 до 20:00. Таким образом, за 2 часа выпивается 2 литра раствора, каждые 15 минут по 1 стакану (250 мл), небольшими глотками.

Ориентировочно через 1-1,5 часа после начала приема раствора «Фортранс» должен появиться обильный, частый, жидкий стул, который будет способствовать полному очищению кишечника. Во время приема «Фортранс» или «Эндофальк» пациенту не рекомендуется длительное время лежать

или сидеть, нужно сохранять двигательную активность, возможно выполнение легкой домашней работы, ходьба. Если пациенту сложно принимать «Фортранс» или «Эндофальк», появится чувство переполнения желудка или тошнота, возможно/допустимо, увеличить время приема «Фортранс» или «Эндофальк» до 2,5-3 часов.

Если жидкий стул не появился через 4 часа после начала приема или появились признаки аллергической реакции, пациенту рекомендуется обратиться к медицинскому персоналу и воздержаться от следующего приема препарата.

4. В день проведения колоноскопии.

Не завтракать, не принимать твердую пищу.

Утром необходимо повторить прием «Фортранс» или «Эндофальк» для полного очищения кишечника от содержимого. Для этого **2 пакета** препарата «**Фортранс**» **развести в 2 - х литрах** питьевой негазированной воды комнатной температуры (можно выжать ½ лимона на 1 литр раствора или развести в прозрачном яблочном соке или холодном чае). Или **4 пакета «Эндофальк» в 2 – х литрах воды, то есть 2 пакета на 1 литр.**

Обратите внимание! Время утреннего приема раствора «Фортранс» или «Эндофальк» зависит от того, на какое время назначено проведение колоноскопии, например:

- если исследование назначено **на 11:00** текущего дня, то 2 литра раствора «Фортранс» или «Эндофальк» необходимо выпить **с 06:00 до 08:00**, в течение 2 часов, каждые 15 минут по 1 стакану (250 мл), небольшими глотками;
- если исследование назначено на **12:00**, «Фортранс» или «Эндофальк» пьется **с 06:00 до 08:00**;
- **исследование в 13:00**, «Фортранс» или «Эндофальк» пьется **с 07:00 до 9:00**;
- **исследование в 14:00**, «Фортранс» или «Эндофальк» пьется **с 08:00 до 10:00**;
- **исследование в 15:00**, «Фортранс» или «Эндофальк» пьется **с 09:00 до 11:00**.

С последней порцией раствора «Фортранс» или «Эндофальк» **выпить 2–3 столовые ложки «Эспумизан».**

Таким образом, прием раствора «Фортранс» или «Эндофальк» и любой другой жидкости необходимо закончить за 3–4 часа до исследования.

Вновь появится жидкий стул, который должен продлиться до полного опорожнения и очищения кишечника, до выделения максимально прозрачной, возможно желтоватой жидкости без примеси каловых масс.

Уважаемые пациенты! Настоятельно рекомендуем Вам отнестись к подготовке крайне серьезно и внимательно, от этого напрямую зависит результат и качество/информативность исследования.

При недостаточной/неудовлетворительной подготовке, полноценный осмотр и оценка состояния слизистой оболочки толстой кишки сильно снижается, и чаще всего даже невозможна, следовательно, продолжать исследование не имеет смысла, так как велика вероятность, пропустить патологию. Качество подготовки толстой кишки обязательно указывается в протоколе колоноскопии. Ситуация еще больше усложняется, когда исследование проводится под анестезией, так как введение колоноскопа происходит после погружения в сон, а при неудовлетворительной подготовке продолжать исследование очевидно не имеет смысла. Таким образом, и сам пациент, и специалисты, попадают в крайне неприятную и затруднительную ситуацию, решая дилемму, с одной стороны продолжить исследование на плохо подготовленной толстой кишке и вполне возможно пропустить патологию, с другой, прекратить исследование сразу, прервать проведение анестезии, на которую уже затрачены средства. Еще раз просим Вас особенно внимательно отнестись к подготовке. Это в Ваших интересах. Благодарим за понимание. **Если вы планируете выполнение колоноскопии под седацией (в медикаментозном сне), категорически не рекомендуется в течение минимум 3 (трех) часов после окончания исследования садиться за руль и выполнять работу, требующую повышенного внимания и/или сопряженную с рисками для себя и окружающих.**