

## **Подготовка к колоноскопии**

Колоноскопия является одним из самых информативных способов первичной диагностики заболеваний прямой и толстой кишки, а также может назначаться в терапевтических целях. Но чтобы получить качественный результат и максимально полные данные, крайне важно соблюдать правила подготовки к процедуре.

### **Бесшлаковая диета в течение 3-х дней**

Первым этапом стандартной подготовки является изменение характера питания. Пациенту рекомендуется употреблять только легкоусвояемую рафинированную пищу. Поэтому за 3 дня до исследования обязательно соблюдайте бесшлаковую диету.

#### Можно:

- яйца, сыр, сметана, сливочное масло, йогурт и кисломолочные продукты без добавок и наполнителей;
- мясо, птица, рыба нежирных сортов (в отварном, паровом или тушеном виде);
- сахар, мёд (не в сотах);
- бульоны (прозрачные, процеженные чай, вода, безалкогольные неокрашенные напитки.

Разрешенные продукты и жидкости не должны содержать мелкие косточки, зерна, семена, отруби.

#### Нельзя:

- овощи в любом виде, в том числе картофель, зелень, грибы, морская капуста;
- все хлебобулочные, мучные и макаронные изделия;
- крупы, каши, бобовые, злаковые, орехи, семечки, кунжут, мак, зерна, отруби и другие семена, специи;
- жесткое мясо с хрящами, сосиски, колбасы, консервы, морепродукты;

- фрукты, ягоды, в том числе сухофрукты, варенье, джем, мармелад, желе;

- чипсы, гамбургеры, шоколад, алкоголь, газированные напитки, кофе, компот, кисель.

Вечером накануне процедуры и в день самого исследования от приема пищи следует воздержаться совсем.

Если пациент страдает хроническими запорами, то диету следует начинать раньше (за 5-6 дней).

### **Очищение кишечника с помощью препаратов**

Диета перед исследованием обязательна всегда. Следующим этапом стандартной подготовки является подключение препаратов для промывания кишечника, которые представляют собой сбалансированный электролитный раствор.

#### **Подготовка к колоноскопии препаратом «МОВИПРЕП»**

Мовипреп имеет 3 удобных способа применения в зависимости от времени начала колоноскопии:

**1. Если колоноскопия назначена на утро (08:00 – 10:00)** – одноэтапная вечерняя схема приема.

День накануне колоноскопии:

Завтрак - согласно списку разрешенных продуктов и жидкостей,

Обед и ужин - только разрешенные прозрачные жидкости!

19:00 – 20:00 - принять первый литр раствора Мовипреп;

20.00 - 20.30 – выпить 500 мл разрешенной жидкости;

21:00 – 22:00 - принять второй литр раствора Мовипреп;

22.00-22.30 – выпить 500 мл разрешенной жидкости.

**2. Если колоноскопия назначена на обеденное время (10:00 – 14:00)** – двухэтапная схема приема.

День накануне колоноскопии:

Завтрак и легкий обед - согласно списку разрешенных продуктов и жидкостей,

Ужин - только разрешенные прозрачные жидкости!

20:00-21:00 - принять первый литр раствора Мовипреп;

21.00 – 21.30 - выпить 500 мл разрешенной жидкости.

День колоноскопии:

06:00-07:00 – принять второй литр раствора препарата Мовипреп;

07.00-07.30 - выпить 500 мл разрешенной жидкости.

**Примечание:** прекратить приём всех жидкостей следует не позже, чем за 3-4 часа до исследования.

#### Как приготовить раствор препарата Мовипреп:

Для приготовления первого литра: содержимое одного саше А и одного саше Б развести в небольшом количестве питьевой негазированной воды комнатной температуры до полного растворения, довести до 1 литра водой, перемешать. Для приготовления второго литра: повторить алгоритм из пункта 1 (выше), используя оставшиеся саше А и саше Б.

Процедура неприятная, но практически безболезненная, т.к. проводится новейшим оборудованием последнего поколения. Эндоскоп имеет ультратонкую 8 мм вводимую трубку.

#### **Подготовка к колоноскопии препаратом «ФОРТРАНС»**

**Если колоноскопия назначена на утро (08:00 – 11:00)** - одноэтапная вечерняя подготовка.

День накануне колоноскопии:

Завтрак - согласно списку разрешенных продуктов и жидкостей,

Обед - только разрешенные прозрачные жидкости!

17:00 – 20:00 - в этот промежуток времени пациенту необходимо выпить 4 литра приготовленного раствора Фортранс (для пациента менее 70 кг - 3

литра), каждый пакетик разводится на 1 литр воды, и постепенно выпивается - примерно 1 литр в течении часа.

Можно выжать в раствор половинку лимона, апельсина, чтобы было приятнее на вкус.

### Подготовка к колоноскопии препаратом «ЭЗИКЛЕН»

Для надлежащего очищения кишечника требуется прием двух флаконов препарата Эзиклен. Перед приемом содержимое каждого флакона необходимо развести водой. Пациент должен выпить полученный разведенный раствор и еще две чашки, наполненные до метки водой или разрешенной прозрачной жидкостью (т.е. приблизительно 1 л), в течение следующих двух часов, как описано ниже в разделах

### Режим применения

Если позволяет время назначенной процедуры, то режим дробного применения предпочтительнее, чем режим единовременного приема накануне процедуры. Режим единовременного применения накануне процедуры потенциально подходит в качестве альтернативного режима.

#### **1. Режим двухэтапного применения**

День перед процедурой:

Вечером накануне процедуры (например, в 18.00) необходимо следовать следующим инструкциям:

- содержимое одного флакона препарата Эзиклен следует вылить в прилагаемый мерный стакан и развести водой до метки (т.е. до объема 0,5 л);
- в течение последующих двух часов пациент должен выпить полученный раствор и дополнительно два мерных стакана воды или прозрачной жидкости (т.е. около 1 л).

День процедуры:

Утром в день процедуры в промежуток 05.00-06.00 необходимо повторить действия, согласно инструкциям для вечера накануне:

- содержимое второго флакона препарата Эзиклен следует вылить в прилагаемый мерный стакан и развести водой до метки (т.е. до объема 0,5 л);

- в течение последующих двух часов пациент должен выпить полученный раствор и дополнительно два мерных стакана воды или прозрачной жидкости (т.е. около 1 л).

Прием полного объема разведенного раствора препарата Эзиклен и дополнительного количества воды или прозрачной жидкости должен быть закончен как минимум за 2 часа и не позднее 4 часов до начала процедуры.

## **2. Режим одноэтапного применения**

(режим применения для использования в зависимости от индивидуальных потребностей пациента)

День перед процедурой:

Вечером накануне процедуры (например, в 18:00):

- содержимое одного флакона препарата Эзиклен следует вылить в прилагаемый мерный стакан и развести водой до метки (т.е. до объема 0,5 л);

- в течение последующих двух часов пациент должен выпить полученный раствор и дополнительно два мерных стакана воды или прозрачной жидкости (т.е. около 1 л);

Приблизительно через 2 ч после начала приема первой дозы:

- содержимое второго флакона препарата Эзиклен следует вылить в прилагаемый мерный стакан и развести водой до метки (т.е. до объема 0,5 л);

- в течение последующих двух часов пациент должен выпить полученный раствор и дополнительно два мерных стакана воды или прозрачной жидкости (т.е. около 1 л).

## **При колоноскопии под седацией (внутривенная анестезия)**

Необходимо соблюсти голодный промежуток не менее 8 часов и не менее 4 часов без воды. В этот день не рекомендуется водить машину, управлять какими-либо механизмами, принимать важные решения. Желательно, чтобы Вас встретили и проводили домой.

При записи на гастро + колоноскопию не подходит двухэтапная подготовка, так как на гастроскопию пациент должен приходить натощак, не есть и НЕ ПИТЬ!

**ВАЖНО:** При сопутствующей патологии сердечно-сосудистой системы, сахарном диабете, почечной недостаточности более обоснована подготовка препаратом **МОВИПРЕП**.

После прохождения исследования и получения результатов колоноскопии, рекомендуется обратиться за консультацией к врачу гастроэнтерологу.

## **Подготовка к фиброгастродуоденоскопии (ФГДС)**

1. За 2-3 дня до исследования необходимо исключить алкоголь.
2. За 12 часов (минимум 8 часов) до исследования необходимо исключить прием пищи.
3. За 8 часов до исследования необходимо минимизировать прием жидкости (чистая негазированная вода). За 4 часа до исследования необходимо полностью прекратить употребление жидкости.
4. Накануне процедуры необходимо есть лёгкую пищу (исключить жирную, жаренную, копченую, острую, маринованную еду, свежие фрукты и овощи).
5. Заранее обсудите со своим лечащим врачом схему приема лекарственных препаратов в день проведения ФГДС.

6. Почистите зубы не позже, чем за 2 часа до исследования.

7. Перед исследованием отказаться от курения, хотя бы за 2 часа.

Специалисты рекомендуют уделить внимание психоэмоциональному настрою. При четком соблюдении правил подготовки, процедура пройдет быстро и с минимальным дискомфортом. В процессе исследования нужно внимательно слушать врача и выполнять его рекомендации.

### **Сколько соблюдать диету?**

В рамках подготовки к гастроскопии длительная диета не предусмотрена. Активная подготовка начинается накануне манипуляции. В этот день можно питаться в обычном режиме, исключив из рациона продукты, которые тяжело перевариваются и стимулируют газообразование в кишечнике.

Обед и ужин пациента не должны содержать жирную, жаренную, копченую, маринованную, острую пищу:

- жирные сорта рыбы и мяса;
- сыр и творог с большим процентом жирности;
- цельное молоко, сметану, сливки;

- свежий хлеб и сдобную выпечку;
- маринованные и консервированные продукты;
- колбасные изделия и копчености;
- соусы, майонез;
- орехи;
- пряности;
- блюда из бобовых;
- сырые овощи, фрукты, ягоды.

Также рекомендовано исключить употребление кофе, молока, газированных и алкогольных напитков.

Можно есть легкие супы, яйца, нежирные рыбу и мясо, молочные продукты (нежирные йогурты, творог, кефир), овощи, которые прошли температурную обработку (исключение капуста), подсушенный хлеб, галетное печенье. Пить можно негазированную воду и травяные чаи.

### **Сколько соблюдать голод?**

Исследование желудка проводят строго натощак. Для этого нужно организовать полный покой пищеварительному тракту на протяжении 12 часов (минимально 8 часов).

-Если ФГДС проходит утром или днём (до 15:00), вечером перед исследованием разрешен легкий ужин. Далее необходимо воздержаться от приемов пищи.

-Если ФГДС назначена на послеобеденное время (после 15:00), правила подготовки к исследованию несколько меняются. Во избежание плохого самочувствия пациент может организовать легкий перекус пищи утром. Важно, чтобы завтрак состоялся не позднее, чем за 8 часов до начала манипуляции. Можно съесть обезжиренный йогурт, выпить травяной чай с добавлением меда.



Нарушение этого правила чревато сильной тошнотой в процессе исследования, рвотой и крайне неприятными ощущениями. Также информативность исследования резко снижается.

### **Можно ли пить воду при подготовке к ФГДС желудка?**

Накануне исследования пациент соблюдает обычный питьевой режим. Чистую негазированную воду можно употреблять и после ужина. Последнюю порцию жидкости в размере до 100 мл (половина стакана) можно выпить не позднее, чем за 4 часа до начала манипуляции. Далее пить жидкость в любых объемах запрещено. То есть, если гастроскопия назначена на 9 часов утра, а пациент проснулся в 7, от употребления воды нужно воздержаться.

### **Как быть с вредными привычками?**

Чтобы эффективно подготовиться к ФГДС, взрослому человеку лучше отказаться от вредных привычек. Не менее, чем за 2 суток до исследования, следует исключить употребление алкоголя.

Отдельные рекомендации врачи дают курильщикам: необходимо отказаться от курения, по крайней мере, за 2 часа до исследования. Дело в том, что никотин стимулирует секрецию желудочного сока и перистальтику органов ЖКТ. Активность пищеварительной системы может стать причиной дополнительных неприятных ощущений для пациента. Чтобы избежать появления подобных симптомов, следует воздержаться от курения на некоторое время.

### **Что делать людям, которые принимают лекарства?**

Для некоторых взрослых людей актуален вопрос, как готовиться к гастроскопии, если нужно в определенное время принять медикаменты. Речь может идти о гипотензивных препаратах, средствах заместительной гормональной терапии и др. Этот момент лучше заранее согласовать с врачом, который назначает исследование желудка. Пропускать прием лекарств нельзя,

так как это может неблагоприятно повлиять на самочувствие и общее состояние пациента во время медицинской манипуляции.

Одновременно нужно соблюсти требования относительно голода и ограничения жидкости. В преимуществе случаев решением становится прием медикаментов натощак, за 4 часа до исследования с небольшим количеством воды. Если процедура назначена на утро, пациенту лучше завести будильник и проснуться пораньше, чтобы в нужное время принять лекарства.

### **Как готовиться, если будут делать биопсию?**

При выявлении язвенных дефектов слизистой, новообразований, очагов воспаления, гастроскопию сочетают с биопсией. Манипуляция подразумевает забор подозрительных участков слизистой в нескольких местах с целью проведения гистологического анализа. Биопсию могут назначать заблаговременно или непосредственно во время эндоскопического исследования желудка и 12-перстной кишки. Подготовка к процедуре совпадает со стандартной подготовкой к ФГДС. То есть, дополнительные организационные мероприятия не нужны.