

Подготовка пациента к проведению инструментальных исследований в рамках расширенного комплексного обследования в клинике City Clinic.

Пациенту рекомендуется, за 3 дня до исследования, соблюдать диету, то есть перейти на низкокалорийную и легко усваиваемую пищу. Принимаемая пища должна быть теплой, варенной либо приготовлена на пару. Питаться необходимо 4-5 раз в день, небольшими порциями для легкой усвояемости и быстрого переваривания.

Исключить из рациона:

- жирное мясо (свинина, говядина, баранина);
- сосиски;
- колбасные изделия;
- копчености;
- свежую сдобу;
- хлеб (зерновой, ржаной, черный);
- ягоды с косточками;
- маринады;
- пряности;
- фастфуд;
- сладости (шоколад, торты, конфеты, пирожные);
- зелень (шпинат, щавель);
- свежие овощи;
- бобовые культуры (горох, чечевица, маш, фасоль);
- консервы;
- грибы;
- морские водоросли;
- орехи;
- семена (мак, кунжут и прочие);
- цельные крупы (пшено, перловка, геркулес);
- любые газированные напитки;
- тонизирующие напитки (крепкий чай, кофе, квас, энергетические напитки);
- соленья;
- любые виды соусов (майонез, аджика, кетчуп и т.д.);
- любого вида алкоголь.

Таким образом, нужно исключить все продукты, которые могут раздражать слизистую оболочку, повышать кислотность желудка, усиливать газообразование в кишечнике и тяжело усваиваться организмом. За день рекомендовано полностью отказаться от твердой пищи, необходимо питаться бульонами, пюре и соблюдать питьевой режим (вода без красителей и газов).

Пример меню на 3 дня до исследования

Первый день:

- завтрак — гречневая каша, сыр, зеленый чай;
- обед — овощной бульон, котлета из индейки на пару, негазированная вода (без красителей)
- полдник — йогурт;
- ужин — рыба на пару, рис, отвар шиповника.

Второй день:

- завтрак — рисовая каша на воде, зеленый чай;
- обед — овощной суп, галеты, негазированная вода (без красителей);
- полдник — творог;
- ужин — куриная грудка с картофельным пюре, кисель;

Третий день:

- завтрак — фруктовое желе, отвар шиповника;
- обед — некрепкий мясной бульон с вермишелью, кисель;
- полдник — йогурт, галетное печенье;
- ужин — паровой омлет, некрепкий чай.

Пациентам, имеющим проблемы с желудочно-кишечным трактом, рекомендовано в течение 2-3 дней, до обследования, принимать ферментные препараты и энтеросорбенты (например, фестал, мезим-форте, активированный уголь или эспумизан по 1 таблетке 3 раза в день).

Для проведения **эндоскопической фиброколоноскопии** обязательна медикаментозная подготовка, которая строго по назначению врача.

Любой из рекомендованных препаратов врачом, необходимо выпить накануне проведения исследования до 00:00 и маленькими глотками через трубочку.

МОВИПРЕП

Одноэтапная подготовка.

время обследования	время принятия 1-го литра раствора <i>Мовипреп</i> +500 мл разрешенной жидкости (сок осветленный, без мякоти, некрепкий чай)	время принятия 2-го литра раствора <i>Мовипреп</i> +500 мл разрешенной жидкости (сок осветленный, без мякоти, некрепкий чай)
08:00	17:00-18:00	19:00-20:00
09:00	18:00-19:00	20:00-21:00
10:00	19:00-20:00	21:00-22:00
11:00	20:00-21:00	22:00-23:00
12:00	21:00-22:00	23:00-00:00

Во время заключительного приема раствора *Морвипреп* необходимо выпить около 30 мл жидкого (не таблетки и не капсулы!) *Эспумизан*, *Боботик*, *Сабсимплекс*.

ЭКЗИКЛЕН

Одноэтапная подготовка.

На кануне проведения обследования, содержимое одного флакона препарата *Экзиклен* следует вылить в прилагаемый мерный стакан и развести водой до метки 0,5 литра.

В течение последующих двух часов необходимо выпить раствор и дополнительно два мерных стакана воды или прозрачной жидкости (сок осветленный, без мякоти, некрепкий чай).

В точности повторить процедуру еще раз.

время обследования	время принятия раствора А+1,5 литра разрешенной жидкости (сок осветленный, без мякоти, некрепкий чай)	время принятия раствора Б+1,5 литра разрешенной жидкости (сок осветленный, без мякоти, некрепкий чай)
08:00-10:00	17:00-19:00	20:00-22:00
10:00-12:00	19:00-21:00	22:00-00:00

Во время заключительного приема раствора *Экзиклен* необходимо выпить около 30 мл жидкого (не таблетки и не капсулы!) *Эспумизан*, *Боботик*, *Сабсимплекс*.

ФОРТРАНС (4-е пакета)

Подготовка.

каждый пакетик *Фортранс* растворить в 1 литре питьевой, негазированной, воды комнатной температуры.

Полученный раствор надо пить по 1 стакану каждые 20 мин., то есть за час следует выпить 1 литр раствора.

время обследования	время принятия первых 2-х пакетов (литров раствора)	время принятия вторых 2-х пакетов (литров раствора)
08:00	12:00-15:00	17:00-20:00
09:00	13:00-16:00	18:00-21:00
10:00	14:00-17:00	19:00-22:00
11:00	15:00-18:00	20:00-23:00
12:00	16:00-19:00	21:00-00:00

Во время заключительного приема раствора *Фортранс* необходимо выпить около 30 мл жидкого (не таблетки и не капсулы!) *Эспумизан*, *Боботик*, *Сабсимплекс*.

За 2 дня перед **УЗИ молочной железы с ЦДК** не рекомендуется проводить физиопроцедуры, банки, горчичники, лучевую или химиотерапию. Исследование молочных желез желательнее проводить в первые 4–10 дней менструального цикла (фаза цикла) или по назначению врача. **Трансабдоминальное УЗИ женских половых органов с ЦДК, УЗИ комплекс для мужчин**, а также УЗИ мочевого пузыря трансабдоминальное **с определением остаточной мочи** проводятся в два этапа:

I этап- с полным мочевым пузырем. Поэтому рекомендовано, в течение 1,5-2 часов до исследования, выпить 1-1,5 литра негазированной воды (без красителей). *Пить негазированную воду нужно небольшими порциями, чтобы мочевой не стал переполненным раньше времени.*

II этап- с опорожненным мочевым пузырем.

УЗИ трансвагинальное женских половых органов с ЦДК и УЗИ комплекс для мужчин(трансректальное) проводятся на опорожненный мочевой пузырь.

В день проведения **УЗИ сердца и электрокардиограммы в 12 отведениях** рекомендуется исключить физические нагрузки. Мужчинам, с густым оволосением в области груди, для получения более точных результатов, рекомендуется удалить их.

УЗИ общее абдоминальное с ЦДК печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка, эзофагогастродуоденоскопия диагностическая, а также **«во сне», эндоскопическая фиброколоноскопия**, а также **«во сне»** проводятся строго натощак, следовательно последний прием пищи должен быть за 8-12 часов до исследования, а также в день исследований нельзя завтракать и не позднее, чем за 3-4 часа до исследования, следует прекратить приём какой-либо жидкости. Принимать пищу и пить после исследования, которое проводилось под наркозом, можно не ранее, чем через 1-2 часа.

После проведения исследований пациенту рекомендовано плавно выходить из диеты, а именно:

- обильное употребление воды в течение дня, до 2-2,5 литров воды;
- дробный прием пищи небольшими порциями;
- преобладание в первых блюдах супов;
- низкая калорийность всех блюд;
- ввод в рацион кисломолочных блюд.

В пищу разрешено употреблять:

- кисломолочные продукты;
- нежирные сорта рыбы, мясо птицы;
- сухие несладкие виды печенья;
- бакалея – рис, манка, гречка, макароны из твердых сортов пшеницы;
- яйца, приготовленные всмятку.

Примерно через неделю можно вернуться к привычному питанию.