

## **КОЛОНОСКОПИЯ. ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА**

**Колоноскопия** – эндоскопическое исследование толстой кишки (зонд вводят через прямую кишку). Процедура позволяет выявить воспалительные очаги, участки дисплазии, новообразования, а также выполнить такие медицинские манипуляции как взятие тканей для биопсии, удаление полипов, иссечение спаек и тд. Для максимально информативного, эффективного и безопасного исследования необходима специальная подготовка толстой кишки.

Во время процедуры возможно выполнение сочетанного вмешательства (колоноскопия + гастроскопия), в том числе, с внутривенным обезболиванием (наркоз). При наличии противопоказаний к наркозу исследование в в Ленинградской областной клинической больнице можно провести без седации и с минимально возможными неприятными ощущениями.

### **Внимание!**

В случае проведения исследования под наркозом, понадобится предварительно выполнить следующие исследования:

- **Электрокардиография (ЭКГ)** - срок годности исследования не более 14 дней;
- **Общий анализ крови с тромбоцитами.** При снижении тромбоцитов менее  $100 \times 10^9/\text{л}$  обязательно предоставить результат коагулограммы, включая время свертываемости и время кровотечения. Срок годности анализа – не более 14 дней;
- **Биохимическое исследование крови**, согласно назначению лечащего врача.

### **Общие рекомендации**

Мероприятия по подготовке к обследованию направлены на очищение кишечника. Это обеспечивает максимально точную визуализацию стенок кишечника и позволяет выявить патологии на самой ранней стадии. Основные этапы подготовки:

- диета – за 3-4 дня до исследования нужно исключить жирные, острые, копченые, соленые блюда. Также из рациона убирают продукты, которые вызывают газообразование;
- очищение прямой кишки – чтобы полностью вывести каловые массы, пациент должен принять слабительный препарат по схеме;
- прием пеногасителей – это препараты, которые снижают выраженность метеоризма. А также помогают очистить кишечник от слизи, частичек пищи, желчи.

Отдельное внимание следует уделить психологическому настрою. Это поможет во время процедуры оставаться спокойным и выполнять все рекомендации врача.

### **Диета перед колоноскопией**

Очистка кишечника для колоноскопии предполагает серьезные ограничения в питании. Если проблем с пищеварением нет, можно начать подготовку за 3-4 дня, при избыточном метеоризме или запорах – за 6-7 суток. Исключаются все плохо

перевариваемые продукты: клетчатка, хитин, зерна, животный жир. Такие ограничения позволяют качественно подготовить кишечник к исследованию.

### **Что можно есть перед колоноскопией?**

#### **Разрешено:**

- отварное или тушеное нежирное мясо и птица;
- кисломолочные продукты без добавок (йогурт, кефир, ряженка, варенец);
- треска, щука, хек, судак и другие виды нежирной рыбы;
- макароны из твердых сортов пшеницы, рисовая лапша;
- яйца, сыр;
- сахар, мед;
- прозрачный бульон, чай, кофе, безалкогольные неокрашенные напитки, вода.

#### **Исключить:**

Продукты, богатые клетчаткой – ВСЯ растительная пища:

- овощи, фрукты, ягоды, зелень - в любом виде;
- хлебобулочные изделия;
- крупы, каши, злаковые, бобовые;
- кунжут, орехи, мак, семечки и мелкие зерна, а также продукты;
- содержащие косточки и зерна (хлеб со злаками и семечками, варенье и т.д.);
- морские водоросли, грибы.

Жидкости:

- алкоголь;
- сладкие окрашенные напитки;
- тан, кумыс, квас.

#### **Важно!**

Если вы страдаете запорами, рекомендуется применение сиропа Лактулозы (Дюфалак, Порталак) по 1 столовой ложке 3 раза в день за 5-7 дней до начала подготовки. Кроме того, целесообразно принимать слабительные препараты, которыми вы обычно пользуетесь (например, Бисакодил, Форлакс, Гуталакс и т.д.).

#### **Важно!**

Если вы принимаете лекарственные препараты, то утром в день исследования их необходимо принять после подготовки кишечника (особенно препараты, снижающие артериальное давление, лекарства от аритмии).

По поводу приема иных лекарственных препаратов рекомендуется проконсультироваться с лечащим врачом.

#### **Важно!**

За 3 дня до колоноскопии прекратить прием препаратов висмута (Де-нол), активированного угля, Альмагеля, препаратов железа.

---

### **За сколько часов до колоноскопии нельзя есть?**

Накануне дня исследования: прием твердой пищи необходимо полностью исключить после 13:00, далее можно пить прозрачные жидкости в любом количестве.

Утром - легкий завтрак (согласно списку разрешенных продуктов).  
До 13:00 – обед (также согласно списку разрешенных продуктов).  
Ужин – только разрешенные жидкости (прозрачные бульоны, чай и кофе (уже без молока), прозрачный светлый сок без мякоти (яблочный), вода, безалкогольные неокрашенные напитки).

Утром в день исследования, после окончания подготовки: прекратить прием всех жидкостей следует не позже, чем за 4 часа до исследования.

### **Схема подготовки к колоноскопии препаратом Эзиклен + Симетикон.**

Обязательна двухэтапная подготовка, не зависимо от времени назначенного исследования. Время приема раствора обсуждается с врачом и зависит от того, на какое время назначено исследование.

Вечером накануне исследования необходимо выпить 500 мл раствора Эзиклен с 18:00 до 19:00 (или с 19:00 до 20:00), после которого выпить еще 1 литр разрешенной жидкости (вода, прозрачный бульон, фруктовый сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольные неокрашенные напитки, чай и кофе без молока).

Утром в день исследования выпить еще 500 мл раствора Эзиклен, в который необходимо добавить пеногаситель – 1/2 флакона эмульсии Симетикона (сироп, т.е. жидкая форма! Не таблетки и не капсулы!), Эспумизана, Боботика, или Сабсимплекса, после чего выпить еще 1 литр разрешенной жидкости (вода, прозрачный бульон, фруктовый сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольные неокрашенные напитки, чай и кофе без молока).

\* Время утреннего приема препарата выбрать таким образом, чтобы от момента окончания приема препарата до исследования (либо до начала транспортировки в клинику) прошло около 4 часов.

Например:

Время начала исследования (либо выхода из дома):	Оптимальный утренний прием препарата:
09:00	С 4:00 до 5:00

10:00	С 5:00 до 6:00
11:00	С 7:00 до 8:00
12:00	С 8:00 до 9:00
13:00	С 9:00 до 10:00 и т.д.

### **Схема подготовки к колоноскопии препаратом Фортранс+Симетикон.**

Обязательна двухэтапная подготовка, не зависимо от времени назначенного исследования. Время приема раствора обсуждается с врачом и зависит от того, на какое время назначено исследование. Есть две эффективные схемы подготовки.

#### **Схема «2+2»**

Вечером накануне исследования: необходимо выпить 2 литра раствора препарата Фортранс с 18:00 до 20:00.

Утром в день исследования выпить еще 2 литра раствора препарата Фортранс, в последний стакан которого необходимо добавить пеногаситель – 1/2 флакона эмульсии Симетикона (сироп, т.е. жидкая форма! Не таблетки и не капсулы!), Эспумизана, Боботика, или Сабсимплекса.

#### **Схема «3+1» (альтернативная)**

Вечером накануне исследования: необходимо выпить 3 литра раствора препарата Фортранс с 17:00 до 20:00.

Утром в день исследования выпить еще 1 литр раствора препарата Фортранс, в последний стакан которого необходимо добавить пеногаситель – 1/2 флакона эмульсии Симетикона (сироп, т.е. жидкая форма! Не таблетки и не капсулы!), Эспумизана, Боботика, или Сабсимплекса.

\* Время утреннего приема препарата выбрать таким образом, чтобы от момента окончания приема препарата до исследования (либо до начала транспортировки в клинику) прошло около 4 часов.

Например:

Время начала исследования (либо выхода из дома)	Время окончания приема препарата
---	----------------------------------

09:00	5:00
10:00	6:00
11:00	7:00
12:00	8:00
13:00	9:00 и т.д.

Содержимое 1 пакета препарата Фортранс растворить в небольшом количестве воды, затем довести объем раствора водой до одного литра (приготовление раствора также подробно описано в инструкции к препарату).

**Важно знать:**

- Разводить строго 1 пакет порошка на 1 литр воды
- Необходимо принять 4 л раствора, независимо от веса пациента
- Раствор принимать дробно, согласно инструкции (1 стакан за 15 минут)
- Охлажденный ниже комнатной температуры раствор действует эффективнее, употребляется проще.
- Можно использовать коктейльную трубочку, леденцовую карамель, чередовать употребление с небольшим количеством прозрачного сока без мякоти.
- Движение во время приема раствора улучшает работу кишечника (ходьба, наклоны, приседания).
- Клизмы не нужны (запрещены)
- В среднем, через 1-2 часа после первой порции появляется стул (реакция организма индивидуальна).
- К моменту окончания подготовки консистенция кала изменится на прозрачную жидкость
- Закончить подготовку кишечника необходимо за 4 часа до исследования.

**Убедительно просим выполнить все необходимые этапы подготовки для успешного проведения исследования!**