

# ❌ ДВУХЭТАПНАЯ ПОДГОТОВКА

День 1 (27.03.2020)

День 2 (28.03.2020)

День 3 (29.03.2020)

День 4 (30.03.2020)

## БЕСШЛАКОВАЯ ДИЕТА<sup>1</sup>

БЕСШЛАКОВАЯ ДИЕТА<sup>1</sup> — ЭТО ЛЕГКОУСВОЯЕМАЯ РАФИНИРОВАННАЯ ПИЩА, ПОЧТИ НЕ СОДЕРЖАЩАЯ НЕПЕРЕВАРИВАЕМЫХ ВЕЩЕСТВ.

### ✔ ЧТО МОЖНО

**Мучные изделия и каши:** крекеры (без добавок, кунжута и мака), овсяная каша;



**Молочные продукты:** нежирный творог, сыры, натуральный йогурт (без добавок), не более 2-х стаканов обезжиренного молока;



**Супы:** супы на нежирном бульоне;



**Мясо:** хорошо приготовленные блюда из нежирной говядины, телятины; курица в отварном виде, также в виде котлет, фрикаделек;



**Рыба:** блюда из трески, судака, окуня, щуки (нежирные сорта рыбы);



**Фрукты и напитки:** чай, некрепкий кофе, компоты, кисели, соки (прозрачные, без мякоти, сухофруктов, ягод, зерен!);



**Сладкое:** сахар, мед, желе, сироп.



### ❌ ЧТО НЕЛЬЗЯ

**Мучные изделия и каши:** черный и белый хлеб, все зерно содержащие продукты (цельное зерно, продукты с содержанием размельченных зерен, орехов, мака, кунжута, кокосовой стружки и т.д.);

**Молочные продукты:** йогурт, содержащий наполнители (кусочки фруктов и ягод, мюсли), пудинг, сметана, мороженное, жирный творог;

**Супы:** щи и борщ, молочные супы, крем-супы, окрошка;

**Мясо:** жирные сорта мяса, утка, гусь, копчености, колбасы, сосиски;

**Рыба:** жирные сорта рыбы (сельдь, скумбрия, форель, лосось);

**Овощи:** все свежие овощи (помидоры, огурцы, свекла), капуста в любом виде, все разновидности зелени (петрушка, укроп, салат, кинза);

**Фрукты:** все фрукты (яблоки, груши, киви, виноград), ягоды, сухофрукты (изюм, чернослив, курага);

**Напитки:** алкогольные напитки, квас, газированная вода, напитки из сухофруктов;

**Приправы и консервы:** острые приправы (хрен, перец, горчица, лук, уксус, чеснок); приправы с зернами, травами, соленья, консервы, соленые и маринованные грибы, морские водоросли.

**СОБЛЮДЕНИЕ ДИЕТИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ В ЗНАЧИТЕЛЬНОЙ МЕРЕ ВЛИЯЕТ НА ПРОЦЕСС ПОДГОТОВКИ**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ИЛИ ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА

\* Колоноскопия сегодня — возможность предупредить развитие рака кишечника в будущем.



Если Вы хотите сообщить о нежелательных явлениях, жалобе на препарат направляйте, пожалуйста, свои претензии лечащему врачу, в регуляторные органы или в Московское представительство компании «Ипсен Фарма»: 109147, г. Москва, ул. Таганская 19, тел: +7 (8) 495 258-54-00, факс: +7 (8)495 258-54-01, [pharmacovigilance.russia@ipsen.com](mailto:pharmacovigilance.russia@ipsen.com). В нерабочие часы круглосуточные телефоны: 8(916) 999-30-28 (для приёма сообщений о нежелательных явлениях и претензиях на качество препарата компании Ипсен); 8(800) 700-40-25 (служба медицинской информации по препаратам компании для специалистов здравоохранения).

RUS.FTR.25022016

# ❌ ДВУХЭТАПНАЯ ПОДГОТОВКА

День 1 (27.03.2020)

День 2 (28.03.2020)

День 3 (29.03.2020) -  
накануне исследования

День 4 (30.03.2020)

## ЖИДКОСТИ + ФОРТРАНС®<sup>2</sup>

### ✓ ЧТО МОЖНО

**В течение дня можно пить только прозрачные жидкости в неограниченном количестве:** прозрачный бульон, зеленый чай, прозрачные соки без мякоти, кисель без ягод и зерен, негазированная вода. **Употреблять твердую пищу нельзя.**

### ! ЧТО НУЖНО

18:00 – 20:00

Принять 2 литра раствора Фортранс®

19:00

Принять симетикон 50 мл. (например, Эспумизан®)

День 1 (27.03.2020)

День 2 (28.03.2020)

День 3 (29.03.2020)

День 4 (30.03.2020) - день  
исследования

## ЖИДКОСТИ + ФОРТРАНС®<sup>2</sup>

### ✓ ЧТО МОЖНО

**Можно употреблять только негазированную воду.**

### ! ЧТО НУЖНО

07:00 – 09:00

Принять 2 литра раствора Фортранс®

07:30

Принять симетикон 50 мл. (например, Эспумизан®)

Раствор препарата Фортранс® готовится из расчета: **1 пакетик на 1 литр воды. Уменьшать количество жидкости нельзя!**

Раствор **пить постепенно:** по 1 литру в течение часа, по 250 мл. каждые 15 минут.

Во время приема рекомендуется **ходить**, выполнять круговые движения корпусом.

Для улучшения вкуса можно добавить в раствор **сок цитрусовых** без мякоти и пить его **охлажденным**.

Примерно **через 1 час** после начала приема раствора Фортранс® **появится жидкий стул**, не сопровождающийся болезненными ощущениями.<sup>1</sup>  
**Опорожнение кишечника завершится** выделением прозрачной или слегка окрашенной жидкости **через 2-3 часа** после приема последней дозы раствора Фортранс®.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Веселов В.В., Никифоров П.А., Федоров Е.Д. «Клинические рекомендации по подготовке к эндоскопическому исследованию толстой кишки». М. 2011.

<sup>2</sup> Kilgore TW, Abdinoor AA, Szary NM, et. al. Bowel preparation with split-dose polyethylene glycol before colonoscopy: a meta-analysis of randomized controlled trials. Gastrointest Endosc. 2011 Jun;73(6):1240-5. (Килгор ТВ, Абдиноор А.А., Сзари Н.М., и др. Подготовка кишечника разделенной дозой полиэтиленгликоля к колоноскопии: мета-анализ рандомизированных контролируемых испытаний. Гастроэнтерологическая Эндоскопия. 2011 Июнь; 73 (6): 1240-5.)