

## Подготовка

Точность диагностики заболеваний пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки зависит от правильной подготовки к ФГДС. Исследование проводится строго на пустой желудок: даже малое количество пищи вызовет обильное выделение желудочного сока. Это исказит результаты исследования, может спровоцировать тошноту и рвоту.

## 2 ПРОСТЫХ ШАГА

### ДЛЯ КАЧЕСТВЕННОЙ ПОДГОТОВКИ К ГАСТРОСКОПИИ

#### 1 шаг

#### Рекомендации по питанию за 3 дня ДО процедуры (бесшлаковая диета)

##### МОЖНО есть:

- ✓ нежирные кисломолочные продукты, сыр, сметана, сливочное масло, йогурт без добавок и наполнителей;
- ✓ яйца;
- ✓ мясо, птица и рыба нежирных сортов (в отварном или тушёном виде);
- ✓ хорошо проваренный белый рис (кроме плова);
- ✓ сахар, мёд (не в сотах).

*Разрешённые продукты не должны содержать мелкие косточки, зёрна, семена, отруби.*

##### МОЖНО пить:

- ✓ бульоны (прозрачные, процеженные);
- ✓ сок без мякоти;
- ✓ чай;
- ✓ воду;
- ✓ безалкогольные негазированные, неокрашенные напитки.

##### НЕЛЬЗЯ есть:

- ✗ хлебобулочные, мучные и макаронные изделия;
- ✗ овощи, картофель, зелень, грибы, морскую капусту;
- ✗ крупы, каши, бобовые, злаковые, орехи, семечки, кунжут, мак, зёрна, отруби, другие семена и специи;
- ✗ жёсткое мясо с хрящами, консервы, сосиски, колбасы, морепродукты;
- ✗ фрукты, ягоды, включая сухофрукты, варенье, джем, мармелад, желе;
- ✗ чипсы, гамбургеры, шоколад;
- ✗ *любые другие продукты, не входящие в список разрешённых.*

##### НЕЛЬЗЯ пить:

- ✗ молоко;
- ✗ алкоголь;
- ✗ газированные напитки;
- ✗ кофе;
- ✗ компот;
- ✗ кисель.

#### 2 шаг

#### В день процедуры

##### Можно:

- ✓ легкий перекус (если до процедуры еще 6-8 часов);
- ✓ пить воду.

##### Нельзя:

- ✗ принимать пищу за 6 часов до процедуры;
- ✗ пить воду и другие жидкости за 2 часа до процедуры.

##### Дополнительно

? Если вы постоянно принимаете лекарственные препараты, по возможности отложите прием таблетированных и капсульных форм медикаментов на период после процедуры и сообщите об этом врачу.

? В день исследования за 3-4 часа до его начала возможен приём постоянно употребляемых препаратов (сердечно-сосудистых, снижающих давление, гормонов, сахароснижающих препаратов при диабете).

! Прием лекарственных средств в виде спрея и жидкости можно оставить в обычном режиме.

⚠ Если у вас есть аллергия на лекарственные препараты, обязательно сообщите об этом врачу перед проведением местной анестезии.