

Руководство по подготовке пациентов к видеокколоноскопии препаратом Фортранс

Вы приняли решение пройти видеокколоноскопию - процедуру, которая является **золотым стандартом** обследования толстой кишки и скрининга колоректального рака.

Современное оборудование экспертного уровня в руках опытных специалистов позволяет выявлять самые незначительные изменения слизистой оболочки и мельчайшие, вплоть до 1-2 мм, новообразования.

Но, весь потенциал современной эндоскопии может быть сведён к нулю **неудовлетворительной подготовкой**. Пожалуйста, внимательно изучите все пункты этого руководства и точно придерживайтесь методики – это позволит **достичь отличного качества очищения кишки и уберечь вас от нежелательных явлений** в процессе подготовки к исследованию.

1

Ознакомьтесь с перечнем препаратов, приём которых необходимо скорректировать перед тем, как выполнить видеокколоноскопию



! За 5 дней до исследования необходимо полностью прекратить приём таблетированных препаратов железа (Сорбифер, Феррум Лек, Ферретаб и др.), висмута (Де-Нол, Улькавис и аналоги), активированного угля.

! Если вы принимаете препараты, влияющие на свёртывание крови - такие как антикоагулянты (Варфарин, Эликвис, Ксарелто и пр.) или дезагреганты (Аспирин, Кардиомагнил, Клопидогрел и др.) а также препараты группы агонистов ГПП-1 (Оземпик, Семавик, Квинсента, Мунжаро и пр.) - **обязательно** проконсультируйтесь с лечащим врачом **не позднее, чем за 7 дней до исследования**, чтобы обсудить необходимость и возможность их временной отмены.

! Если вы принимаете пероральные сахароснижающие средства – в день исследования препарат можно отменить и возобновить его приём после проведения процедуры.

2

Внимательно изучите рекомендации по питанию и режиму при подготовке к колоноскопии.

! Перед проведением исследования необходимо придерживаться специальной диеты, указанной в данном руководстве.

Основным принципом диеты является полное исключение из рациона растительной клетчатки.

! Соблюдайте диету в течение 3 дней.

При наличии запоров диета соблюдается 5 дней с обязательным приёмом слабительных препаратов – заранее проконсультируйтесь с терапевтом или гастроэнтерологом.

! Не голодайте!

Голодание не повышает, а снижает качество подготовки! Просто придерживайтесь приведённой ниже диеты для достижения отличного результата.

! Сохраняйте подвижный образ жизни!

Это будет способствовать более эффективному освобождению кишечника. В течение дня периодически выполняйте неглубокие наклоны корпусом влево-вправо, прогуливайтесь или ходите по дому, не проводите весь день накануне колоноскопии на диване или в компьютерном кресле.



Мы убедительно просим вас строго придерживаться приведённой ниже диеты! Это критически важно для достижения необходимого качества подготовки и выполнения полноценного осмотра! **Ни один из существующих препаратов не способен обеспечить высокое качество подготовки кишки без соблюдения диетических ограничений.**



Разрешенные блюда и напитки:

- Мясные блюда: нежирное мясо, птица – стейком или в виде котлеты. Без овощей и приправ.
- Рыба: филе, запеченная, на пару, жареная. Без овощей и приправ.
- Яйца: отварные, яичница, омлет. Без овощей и приправ.
- Кисломолочные продукты: йогурты и творог без наполнителей в виде самостоятельного блюда или в сырниках/запеканке, сметана, творожные сырки (без добавок), сыр.
- Хлеб: белый хлеб из муки высшего сорта без отрубей, зерновых и кондитерских добавок.
- Гарниры и каши: манная каша (без добавок), рисовая каша, белый отварной рис, макароны из пшеничной или рисовой муки высшего сорта, картофельное пюре.
- Сладости: сгущенное молоко, желе (без фруктов), леденцы, мёд (не в сотах!), сахар.
- Чай
- Прозрачные соки без мякоти (например, осветлённый яблочный сок)
- Кофе, **кроме дня накануне исследования**
- Бульон из мяса или птицы без овощей и специй
- В любые блюда и напитки разрешено добавлять по вкусу: соль, сахар.



Пациентам, **продолжающим** при подготовке к колоноскопии получать препараты группы агонистов ГПП-1 (Оземпик, Квинсента, Семавик, Мунжаро и пр.), необходимо в течение 3 дней перед исследованием принимать исключительно жидкую пищу (например, йогурт без наполнителя, бульон, кефир)



Строго запрещены:



- Фрукты
- Овощи
- Ягоды
- Грибы
- Крупы
- Семечки
- Зерновые добавки (лён, кунжут и др.)
- Зелень
- Орехи
- Варенье
- Чипсы
- Чёрный хлеб, изделия из цельного зерна.
- Шоколад
- Специи, приправы (кроме соли и сахара)
- Овощные супы, борщ, щи.
- Компоты, морсы, цельное молоко, газированные напитки
- Бобовые
- Морепродукты
- Колбасы, сосиски, копчёности



По возможности, питайтесь дома в дни подготовки к колоноскопии. Если всё-таки пришлось перекусить в кафе - отдавайте предпочтение блюдам с простым составом и подачей, чтобы вы могли легко убедиться в отсутствии нежелательных ингредиентов. Уточните у персонала точный состав блюда – не только овощи и фрукты, но даже просто молотый перец может свести на нет все ваши усилия при подготовке к исследованию.

3

Выберите удобное для себя время для проведения процедуры – в первой половине дня или ближе к вечеру. От этого будет зависеть режим питания и приёма препарата для подготовки.

Колоноскопия **до 16:00**



В день накануне исследования



Завтрак **до 12:00** продуктами из разрешенного списка.



После **12:00** можно употреблять только разрешенные жидкости (см список «Разрешенные блюда и напитки»)



В 18:00 начните **1 этап** подготовки к исследованию.
Вам понадобится **2 пакета препарата**

- Каждый пакет препарата Фортранс разведите негазированной водой комнатной температуры до получения объема **1000 мл.**
- В течение **2 часов** равными долями примите полученные **2л раствора**
- В последний стакан жидкости добавьте 15мл пеногасителя Симетикон (Эспумизан, Боботик, СабСимплекс)



Как сделать приём препарата более комфортным:

- Приготовленный раствор можно охладить
- Пить раствор небольшими порциями или через трубочку
- Запить раствор прозрачным соком без мякоти
- Рассосать леденец, дольку лимона или апельсина (не проглатывать мякоть и косточки)

В день исследования



Нельзя принимать пищу, в том числе из разрешенного списка



Принять кардиологические препараты, которые вы получаете постоянно, например, гипотензивные (прием антикоагулянтов/дезагрегантов обсуждается отдельно, см. пункт 1 данного руководства)



При планировании внутривенной анестезии - за **2 часа** до исследования прекратить приём любой жидкости



Провести 2й этап подготовки толстой кишки к исследованию по тому же алгоритму, который вы проводили накануне (см выше). Обратите внимание, что утреннее время приема препарата зависит от времени проведения колоноскопии.



Время начала исследования	Время приёма препарата	
9:00	4:30 – 6:30	
10:00	5:30 – 7:30	
11:00	6:00 – 8:00	
12:00	7:00 – 9:00	
13:00	8:00 – 10:00	Вы можете подготовиться в клинике с 9:00 до 11:00
14:00	9:00 – 11:00	Вы можете подготовиться в клинике с 10:00 до 12:00
15:00	10:00 – 12:00	Вы можете подготовиться в клинике с 11:00 до 13:00

Колоноскопия **после 16:00**

В день накануне исследования



Завтрак и обед продуктами из разрешенного списка.
При необходимости, лёгкий ужин **не позднее 19:00**



После **19:00** употреблять только разрешенные жидкости
(см список «Разрешенные блюда и напитки»)

В день исследования



Нельзя принимать пищу, в том числе из разрешенного списка



Принять кардиологические препараты, которые вы получаете постоянно, например, гипотензивные (прием антикоагулянтов/деагрегантов обсуждается отдельно, см. пункт 1 данного руководства)



Если планируется внутривенная анестезия - за **2 часа** до исследования прекратите приём любой жидкости



Проведите последовательно оба этапа подготовки к исследованию. На каждый этап необходимо **2 пакета препарата**

- Каждый пакет препарата Фортранс разведите негазированной водой комнатной температуры до получения объема **1000 мл.**
- В течение **2 часов** равными долями примите полученные **2л раствора**
- В последний стакан жидкости добавьте 15мл пеногасителя Симетикон (Эспумизан, Боботик, СабСимплекс)



Для определения корректного времени приёма препарата воспользуйтесь схемой на следующей странице

Схема приёма препарата Фортранс для подготовки к колоноскопии в день исследования



Время исследования	Время приёма препарата	
16:00	1 этап 9:00 – 11:00	2 этап 12:00 - 14:00
17:00	1 этап 10:00 - 12:00	2 этап 13:00 – 15:00
18:00	1 этап 11:00 - 13:00	2 этап 14:00 – 16:00
19:00	1 этап 12:00 - 14:00	2 этап 15:00 – 17:00

Своевременное выполнение видеокколоноскопии высокой чёткости является эффективной мерой профилактики рака толстой кишки. Проходите скрининговые исследования вовремя и будьте здоровы!