



# МАММОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

## ПОДГОТОВКА К ФИБРОКОЛОНОСКОПИИ (ФКС)

### 1. Диета (рацион питания с низким содержанием клетчатки)

- Соблюдать диету за 3 дня до исследования.
- При хронических запорах – за 5 дней до исследования.

#### Разрешено:

- Яйца, сыр, сметана, сливочное масло, йогурт и кисломолочные продукты без добавок и наполнителей.
- Отварное мясо и птица (нежирные сорта, кроме колбасных изделий).
- Нежирные сорта рыбы (отварная, паровая, тушёная).
- Сахар, мёд (не в сотах).
- Лёгкие жидкости:
  - . Вода, чай, кофе (без молока и сливок).
  - . Прозрачные бульоны, процеженные супы (без твёрдых частиц).
  - . Соки без мякоти (не красные, не фиолетовые).
  - . Безалкогольные неокрашенные напитки (негазированные или слабогазированные).

**Важно:** все разрешённые продукты и жидкости не должны содержать мелкие косточки, зёрна, семена, отруби, включения фруктов, ягод.

#### Запрещено:

- Овощи (включая картофель), фрукты в любом виде, сухофрукты, ягоды, зелень, грибы, морская капуста.
- Варенье, джем, желе, мармелад.
- Все хлебобулочные, мучные и макаронные изделия.
- Крупы, каши, бобовые, злаковые, орехи, семечки, кунжут, мак, отруби, специи.
- Жёсткое мясо с хрящами, сосиски, колбасы, консервы, морепродукты.
- Чипсы, гамбургеры, шоколад.

- Алкоголь, газированные напитки с красителями, молоко, компот, кисель.

Последний приём пищи – за 20–24 часа до исследования. Прекратить приём всех жидкостей не позже чем за 2 часа до исследования.

---

## **2. Общие правила приёма препаратов и жидкости**

- Объём раствора и дополнительной жидкости уменьшать нельзя.
  - Запрещено проводить очищение кишечника клизмами или принимать вазелиновое масло.
  - При хронических запорах за 3 дня до подготовки дополнительно принимают слабительные (консультация гастроэнтеролога).
  - Если исследование проводится под внутривенной анестезией – после процедуры нельзя управлять транспортом и механизмами, желательно сопровождение.
- 

## **3. Выбор схемы приёма слабительного**

- Двухэтапная (предпочтительная): Объём препарата делится поровну на вечерний и утренний приём.
- Одноэтапная вечерняя: Весь объём выпивается вечером (если процедура утром).
- Одноэтапная утренняя: Весь объём выпивается утром (если процедура после обеда или вечером).

**Рекомендованные препараты:** Эзиклен, Фортранс, Лавакол.

---

## **4. Схемы применения конкретных препаратов**

Общее правило для всех препаратов: раствор пить дробно, небольшими глотками (не залпом) – по 200–250 мл каждые 15 минут. Время утреннего приёма рассчитать так, чтобы от окончания приёма до исследования прошло около 4 часов.

### **4.1. Эзиклен (2 флакона по 0,5 л готового раствора)**

Вечером накануне (с 18:00 до 20:00 или 19:00 до 21:00):

- Выпить 500 мл раствора Эзиклен.

- Затем выпить ещё 1 литр разрешённой жидкости (вода, сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольный неокрашенный напиток).

Утром в день исследования (рассчитать время до процедуры ≈4 часа):

- Выпить 500 мл раствора Эзиклен.
- Затем выпить ещё 1 литр разрешённой жидкости (вода, прозрачный бульон, сок без мякоти, компот без ягод, чай/кофе без молока).
- В последний стакан этой жидкости добавить пеногаситель: ½ флакона эмульсии Симетикона, Эспумизана или Боботика (жидкая форма, сироп – не таблетки и не капсулы).

#### **4.2. Фортранс (4 пакетика – всего 4 литра раствора)**

Вечером накануне (с 18:00 до 20:00 или 19:00 до 21:00):

- Выпить 2 литра раствора Фортранс (2 пакетика на 2 литра воды).
- Дополнительно выпить 0,5 литра разрешённой жидкости.

Утром в день исследования (≈ за 4 часа до процедуры):

- Выпить 2 литра раствора Фортранс (2 пакетика на 2 литра воды).
- Дополнительно выпить 0,5 литра разрешённой жидкости (в последний стакан добавить пеногаситель – см. выше).

#### **4.3. Лавакол (15 пакетиков – 3 литра раствора)**

По инструкции: каждый пакетик развести в 200 мл воды (1 стакан). Рекомендуется двухэтапная схема аналогично Фортрансу:

- Вечером: 7–8 пакетиков (≈1,5 л раствора) + дополнительная жидкость.
- Утром: оставшиеся 7–8 пакетиков (≈1,5 л раствора) + дополнительная жидкость с пеногасителем.

---

### **5. Рекомендации для облегчения приёма раствора**

- Пить охлаждённым, через трубочку.
- При тошноте – делать перерывы, запивать небольшим количеством воды или сладкого чая.
- Рассасывать леденцы (типа «Барбарис»), мёд.
- Добавление симетикона в раствор улучшает вкус.

- Во время приёма препарата соблюдать двигательную активность: ходить, делать круговые движения корпусом, наклоны, приседания, самомассаж живота.
- 

## **6. Ожидаемый эффект и критерии готовности**

- Диарея (жидкий стул) – нормальная реакция.
  - Активное действие утренней порции продолжается 1,5–2 часа (вечерней – до 3–4 часов). В это время будет интенсивный жидкий стул.
  - Критерий готовности к процедуре: стул становится прозрачной бесцветной или светло-жёлтой жидкостью.
  - При расчёте времени на дорогу учитывать период активного действия (например, исследование в 14:00, дорога 1 час – закончить пить препарат не позже 11:00).
- 

## **7. Важная дополнительная информация по лекарствам**

- Препараты для давления, сердечного ритма – принимать в обычном режиме, но не ранее чем через 1 час после окончания приёма слабительного.
- Препараты железа – отменить за 2–3 дня до исследования.
- Антикоагулянты и антиагреганты (Аспирин, Плавикс, Тромбо АСС, Варфарин и др.) – отменить за 1–7 дней до исследования только после консультации кардиолога (возможна замена).
- Если вы принимаете кроворазжижающие – обязательно предупредите врача-эндоскописта.

**ООО «ДАРГ Медицина»**

**г. Набережные Челны, Автозаводской проспект 22а**

**Справочная служба: 8(950)665-05-75**