**Памятка пациенту**

**По подготовке к процедуре колоноскопии**

**препаратом Фортранс**

Содержимое одного пакетика следует растворить в 1 л воды и размешать до полного растворения.

Раствор следует принимать в дозировке, равной 1 л на 15–20 кг массы тела, что примерно соответствует 3–4 л.

Раствор можно принять однократно (2 л вечером, накануне исследования и 2литра утром в день обследования) или поделить на 2 приема (3 л накануне вечером и 1 л утром); прием препарата необходимо закончить за 3–4 ч до процедуры.

Начинать прием препарата следует не ранее чем через 2 часа после последнего приема пищи. (

С момента начала приёма препарата Фортранс **не следует употреблять пищу**, при этом разрешённую жидкость можно пить в неограниченном количестве.

* Раствор препарата принимать дробно, по **250 мл каждые 15 минут**.
* При специфическом вкусовом восприятии препарата Фортранс можно пить раствор охлаждённым, через коктейльную трубочку, рассасывать леденцовую карамель или жевательную резинку, чередовать с небольшим количеством разрешённой жидкости.
* Во время приёма раствора препарата нужно соблюдать двигательную активность: ходить, выполнять круговые движения корпусом, наклоны в стороны, вперёд-назад, приседания.
* Препарат начинает действовать индивидуально: в среднем **через 1–2 часа от начала приёма** появляется первый стул.
* Активное действие Фортранс продолжается также индивидуально: в среднем **в течение 2 часов**.

При себе иметь простынь!!

 **Рекомендации по питанию за 3 дня до процедуры**

**Разрешено есть:**

* Нежирные кисломолочные продукты, сыр, сметана, сливочное масло, йогурт без добавок и наполнителей
* Яйца
* Мясо, птица и рыба нежирных сортов
(в отварном, паровом или тушёном виде)
* Хорошо проваренный белый рис (кроме плова)
* Сахар, мёд (не в сотах)

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

**Разрешено пить:**

* Бульоны (прозрачные, процеженные)
* Сок без мякоти
* Чай (без млока)
* Вода
* Безалкогольные негазированные, неокрашенные напитки

**Запрещено 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***

**Запрещено пить:**

* Молоко
* Алкоголь
* Газированные напитки
* Кофе
* Компот
* Кисель

**При хронических запорах** рекомендации по питанию необходимо соблюдать в течение 5 дней. За 3–5 дней до процедуры начать или продолжить приём слабительных препаратов по рекомендации врача-гастроэнтеролога.