

## **«Подготовка органов желудочно-кишечного тракта к эндоскопическим исследованиям»**

**Гастроскопия** (фиброгастродуоденоскопия, ФГДС) – манипуляция, благодаря которой становится возможным осматривать слизистую оболочку пищевода, желудка и начального отдела двенадцатиперстной кишки. Этот метод инструментальный, и проводится он с помощью гибкого эндоскопа, который вводится через рот вниз по пищеводу.

### **Как подготовиться к гастроскопии.**

За несколько дней до гастроскопии необходимо ограничить хлебобулочные изделия, макароны, майонез и острую жирную пищу, особенно жирное мясо и рыбу. Алкоголь усиливает рвотный рефлекс во много раз, и от него лучше тоже воздержаться на пару дней, а лучше на неделю.

Обычно непосредственная подготовка к гастроскопии начинается вечером накануне планируемого исследования. Между исследованием и последним приемом пищи должно пройти не менее 10 часов.

Поужинать следует сытно, но содержать по большей части щадящую, легкую пищу. Продукты должны быть не слишком горячими или холодными.

Лучше всего съесть небольшую порцию гречневой каши или картофельного пюре, отварные или приготовленные на пару овощи (брокколи), овощное рагу или котлеты на пару. В свежем виде овощи лучше исключить.

Если вы страдаете от метеоризма, то после ужина рекомендуется выпить ветрогонное средство (например, эспумизан) в форме эмульсии.

### **Как правильно подготовиться к гастроскопии накануне утром.**

Пить воду перед исследованием можно, но в ограниченном количестве – 100-150 мл (полстакана негазированной воды без красителей). То есть, если исследование назначено на 10:00, то последний раз вы можете попить до 7 утра включительно. Если вы можете воздержаться, то лучше временно ограничить себя.

Если вы страдаете от гипертонической болезни или сахарного диабета и постоянно принимаете по этому поводу лекарства, препараты отменять нельзя. За 3 часа до исследования выпейте ваши таблетки, запив небольшим количеством воды. В том случае, если ваше лечение не предусматривает ежедневной терапии, прием таблеток лучше отложить. Обязательно возьмите все нужные препараты с собой, они могут пригодиться в случае развития приступа.

В день исследования постарайтесь воздержаться от курения. Это необходимая мера, которая предохраняет от излишней желудочной секреции, провоцируемой никотином и способной исказить картину состояния слизистой для эндоскописта.

По возможности надеть следует свободную одежду, не сковывавшую движения, без жестких элементов. Взять с собой полотенце или пеленку.

**Колоноскопия** — наиболее точное исследование внутренней поверхности толстой и прямой кишки с помощью специального гибкого зонда-эндоскопа. В первую очередь колоноскопия позволяет выявить опухоли кишечника: как злокачественные — рак, так и доброкачественные — полипы. Возможно обнаружить различные варианты воспалительных изменений слизистой оболочки — колиты, проктиты, или её язвенных поражений — солитарные язвы, эрозии, язвы-трещины. Важным является и установление причины кровотечений из кишечника.

Начинается процедура подготовки кишечника с правильной бесшлаковой диеты за трое суток до обследования.

Разрешено употреблять: нежирные бульоны( приготовленные на второй воде), говядину, курицу, рыбу( в вареном виде), кисломолочные продукты (творог, кефир), белый хлеб из муки грубого помола и несдобное печенье.

Категорически запрещается прием продуктов, которые могут вызывать метеоризм и отложения, оседающие на стенках кишечника, к ним относятся: свежие овощи( свекла, капуста), бобовые зерна(горох, соя, фасоль), зелень( шпинат, щавель), орехи( грецкий, лесной орех), фрукты( груша, абрикос, сливы), черный хлеб, ягоды с косточками( малина, крыжовник, смородина), каши( перловая, гречневая, овсяная, пшенная), молоко, газированная вода, квас, пиво и др.алкогольные напитки.

Накануне исследования:разрешена только жидкая пища (бульоны, кисели, соки без мякоти).

### Качественная очистка кишечника с помощью «Фортранса».

Медикоментозное очищение тонкой и толстой кишки от каловых масс выполняется с помощью препарата Фортранса, содержащего полиэтиленгликоль и вспомогательные вещества – электролиты натрия, хлора и калия.

В аптеке нужно купить данный препарат, в одной коробке- 4 пакетика с веществом. Каждый предназначен на 20 кг массы тела, при весе в 60 кг достаточно выпить 3 пакета, если же человек весит 75-80кг, для достижения результата необходимо их количество увеличить до 4. Для приготовления раствора содержимое пакета высыпается в емкость, это может быть бутылка, заливается водой без газа с расчетом литр жидкости на пакетик фортранса, общий объем-3-4л. Пейте медленно, небольшими глотками, примерно по 250мл каждые 15-20мин. Таким образом,вся процедура приема раствора затянется на 4 часа. Если тяжело выпить большое количество жидкости, тогда для улучшения вкусовых качеств в раствор добавляется сок лимона.

1.Если процедура колоноскопии назначена на утро, принимать препарат фортранс можно одномоментно, то есть на протяжении одного дня. За день до обследования последний прием пищи должен быть легким, не позднее 14:30. Через 2 часа после еды принимают первую порцию фортранса, то есть начать пить раствор в 17:00. Позывы в туалет начнутся спустя час после первого стакана. На протяжении 4 часов, до 21:00 регулярно пить раствор.

Последнее опорожнение кишечника должно быть прозрачной водой через 2 часа после прекращения приема.

2. Если исследование будет проходить после обеда, схема приема немного другая. Принимать препарат лучше в два этапа. Так подготовка к исследованию кишечника пройдет качественнее. Вечером за день до обследования, через 3 часа после последнего приема пищи выпить 2 литра раствора, то есть половину. Начать рекомендовано в 17-18ч, позывы должны прекратиться на протяжении 2 часов после окончания приема. На следующее утро повторить процедуру и принять еще 2 пакетика фортранса, разведенных в двух литрах воды. Лучше это сделать раньше, начиная с 7 утра, чтобы к обеду опорожнение кишечника закончилось и можно было спокойной идти на обследование, не боясь неловких ситуаций. Если колоноскопия проводится во второй половине дня, голодать не стоит, допускается легкий прием пищи: яйцо, творог, сок или чай.

Такая подготовка органов пищеварения к осмотру эндоскопом обеспечит получение достоверных сведений. Обследований можно даже не бояться, если готовиться к ним правильно.