**ПОДГОТОВКА К (РЕКТО-, СИГМО-) КОЛОНОСКОПИИ**

Для того чтобы осмотреть слизистую оболочку толстой кишки необходимо, чтобы в ее просвете не было каловых масс. Успех и информативность исследования определяется, в основном, качеством подготовки к процедуре, поэтому уделите самое серьезное внимание выполнению следующих рекомендаций:

1.Диета: за 2 дня исследования необходимо придерживаться бесшлаковой диеты (исключить из рациона плохо перевариваемую пищу, содержащую грубую клетчатку и семена растений). Исключить: овощи (морковь, свекла, капуста, редис, огурцы, помидоры, лук) в любом виде, а также ягоды, варенья, компоты, фрукты, молоко, хлеб из муки грубого помола, бобовые, грибы. Разрешается: отварное мясо, рыба, каши без молока, бульоны без овощей, сыр, творог, майонез; прозрачные жидкости без ограничений.

2.Перед исследованием, накануне, последний прием пищи в 16.00. В день исследования допускается сладкий чай.

**Первый вариант подготовки** - это подготовка препаратом ФОРТРАНС, ЛАВАКОЛ (режим дозирования согласно инструкции производителя):

* ФОРТРАНС – 1 пакетик на 20 кг веса пациента (до 70 кг – 3 пакетика, свыше 70 кг – 4 пакетика) Каждый пакет разводиться в литре питьевой негазированной воды. Получится 3 или 4 литра раствора. Раствор ЛАВАКОЛа готовится аналогично, режим дозирования – 1 пакетик на стакан воды;
* приготовленный раствор необходимо выпить накануне исследования в период с 16-17 часов до 20-21 часа дробными порциями. Рекомендуется принимать по 200 мл каждые 20 минут. Если во время приема возникнет ощущение тошноты, можно прервать прием на 25-30 мин. В раствор можно добавить свежевыжатый сок лимона для улучшения вкусовых свойств препарата;
* возможен прием препарата в равных частях вечером накануне и утром в день обследования, при этом последний прием препарата должен быть за 3-4 часа до назначенного исследования.

При использовании препаратов ФОРТРАНС или ЛАВАКОЛ клизмы делать не нужно!

**Второй вариант подготовки** - это подготовка с помощью клизм (способ подготовки приведен ниже), однако этот метод подготовки далеко не всегда обеспечивает качественную подготовку и, как следствие, качественный осмотр. Данная методика применяется в случаях невозможности лекарственной подготовки:

* накануне исследования в 16 часов необходимо принять 40-60 граммов касторового масла. Другие слабительные (препараты сенны, бисакодил и пр.) приводят к выраженному повышению тонуса толстой кишки, что делает исследование более трудоемким и зачастую болезненным;
* после самостоятельного стула необходимо сделать 2 клизмы по 1-1,5 литра. Клизмы делают в 20 и 22 часа (возможна постановка 2 клизм в более ранние часы);
* утром в день исследования необходимо сделать еще 2 такие же клизмы (в 7 и 8 часов);
* нет необходимости голодать в день исследования.

**Если у Вас имеется склонность к запорам**, то для подготовки к колоноскопии необходимо дополнительно выполнить несколько рекомендаций:

* за 3-4 дня до исследования необходимо перейти на специальную (бесшлаковую) диету, исключив из рациона свежие овощи и фрукты, бобовые, черный хлеб, капусту в любом виде (как свежую, так и прошедшую кулинарную обработку);
* в это же время необходимо ежедневно принимать слабительные препараты, которыми Вы обычно пользуетесь. Возможно, необходимо увеличить их дозу (для решения этого вопроса посоветуйтесь с Вашим лечащим врачом);
* дальнейшая подготовка не отличается от вышеизложенной.

Если перед колоноскопией выполняется рентгенологическое исследование толстой кишки – ирригоскопия, то эндоскопическое исследование можно выполнять спустя 2-3 дня после ирригоскопии.