

## Бесшлаковая диета

Накануне исследования (в день перед процедурой) рекомендован приём ТОЛЬКО прозрачных жидкостей (исключается прием твердой пищи) в неограниченном количестве: прозрачный бульон, зеленый чай, прозрачные соки без мякоти, кисель без ягод и зерен, негазированная вода.

У пациентов с хроническими запорами подготовка начинается **за 5-6 дней** до процедуры. Если пациент пользуется слабительными, то он должен продолжить их прием, а при длительных запорах (до 6-7 дней) рекомендуется увеличить дозу слабительного вдвое.

Последний прием пищи – не позже, чем за 2 часа до начала непосредственной подготовки к процедуре.

<b>Рекомендуются:</b>	<b>Из употребления исключаются:</b>
<p><b>Мясо:</b> супы на нежирном мясном бульоне без овощей, различные, хорошо приготовленные блюда из нежирной говядины, телятины; куры в отварном виде, также в виде котлет, фрикаделек, суфле; яйцо.</p> <p><b>Рыба:</b> блюда из трески, судака, окуня, щуки (нежирные сорта рыбы).</p> <p><b>Молочные продукты:</b> продукты богатые кальцием (нежирный творог, сыры), натуральный йогурт (без добавок!), нежирный кефир, не более 2 стаканов обезжиренного молока.</p> <p><b>Овощи:</b> овощные отвары.</p> <p><b>Напитки:</b> чай, некрепкий кофе, компоты, кисели и соки желательно прозрачные, без мякоти, без сухофруктов, без ягод и зёрен.</p> <p><b>Сладкое:</b> сахар, мед, желе, сироп.</p> <p>Возможно приготовление пищи, а также употребление масла (сливочного, растительного), майонеза, маргарина в ограниченных количествах.</p>	<p>Все зерносодержащие продукты (цельное зерно, продукты с содержанием размельченных зерен, орехов, мака, кокосовой стружки и т.д.), черный хлеб, крупы.</p> <p>Все свежие и сушеные овощи и фрукты, изюм и ягоды, особенно с мелкими косточками. Все разновидности зелени (петрушка, укроп, салат, кинза, базилик и т.п.).</p> <p>Щи и борщи из капусты, а также капуста в любом виде (как свежая, так и прошедшая кулинарную обработку).</p> <p>Молочные супы, крем-супы, окрошка.</p> <p>Жирные сорта мяса, утка, гусь.</p> <p>Копчености и соленья, колбасы, сосиски.</p> <p>Консервы.</p> <p>Жирные сорта рыбы.</p> <p>Солёные и маринованные грибы, морские водоросли.</p> <p>Молочные продукты: йогурт, содержащий наполнители (фрукты, мюсли), пудинг, сливки, сметана, мороженное, жирный творог.</p> <p>Острые приправы (хрен, перец, горчица, лук, уксус, чеснок), а также все приправы (соусы) с зёрнами, травами.</p> <p>Алкогольные напитки, квас, газированная вода, напитки из чернослива.</p> <p>Сладости, не включенные в перечень разрешенных.</p> <p>Бобовые, горох, чечевица и др.</p>