**Руководство по подготовке пациентов к видеоколоноскопии препаратом Эзиклен**

Вы приняли решение пройти видеоколоноскопию - процедуру, которая является **золотым стандартом** обследования толстой кишки и скрининга колоректального рака.

Современное оборудование экспертного уровня в руках опытных специалистов позволяет выявлять самые незначительные изменения слизистой оболочки и мельчайшие, вплоть до 1-2 мм, новообразования.

Но, **весь потенциал современной эндоскопии может быть сведён к нулю неудовлетворительной подготовкой**. Пожалуйста, внимательно изучите все пункты этого руководства и точно придерживайтесь методики – это позволит **достичь отличного качества очищения кишки и убережёт вас от нежелательных явлений** в процессе подготовки к исследованию.

**Ознакомьтесь с перечнем препаратов, приём которых необходимо скорректировать перед тем, как выполнить видеоколоноскопию**

 1

**! За 5 дней** до исследования необходимо полностью прекратить приём таблетированных препаратов железа (Сорбифер, Феррум Лек, Ферретаб и др.), висмута (Де-Нол, Улькавис и аналоги), активированного угля.

**!** Если вы принимаете препараты, влияющие на свёртывание крови - такие как антикоагулянты (Варфарин, Эликвис, Ксарелто и пр.) или дезагреганты (Аспирин, Кардиомагнил, Клопидогрел и др.) а также препараты группы агонистов ГПП-1 (Оземпик, Семавик, Квинсента, Мунжаро и пр.) - **обязательно** проконсультируйтесь с лечащим врачом **не позднее, чем за 7 дней до исследования**, чтобы обсудить необходимость и возможность их временной отмены.

**!** Если вы принимаете пероральные сахароснижающие средства – в день исследования препарат можно отменить и возобновить его приём после проведения процедуры.

**Внимательно изучите рекомендации по питанию и режиму при подготовке к колоноскопии.**

 2

**! Перед проведением исследования необходимо придерживаться специальной диеты, указанной в данном руководстве.**

Основным принципом диеты является полное исключение из рациона растительной клетчатки.

**! Соблюдайте диету в течение 3 дней.**

При наличии запоров диета соблюдается 5 дней с обязательным приёмом слабительных препаратов **–** заранее проконсультируйтесь с терапевтом или гастроэнтерологом.

**! Не голодайте!**

Голодание не повышает, а снижает качество подготовки! Просто придерживайтесь приведённой ниже диеты для достижения отличного результата.

**! Сохраняйте подвижный образ жизни!**

Это будет способствовать более эффективному освобождению кишечника. В течение дня периодически выполняйте неглубокие наклоны корпусом влево-вправо, прогуливайтесь или ходите по дому, не проводите весь день накануне колоноскопии на диване или в компьютерном кресле.

Мы убедительно просим вас строго придерживаться приведённой ниже диеты! Это критически важно для достижения необходимого качества подготовки и выполнения полноценного осмотра! **Ни один из существующих препаратов не способен обеспечить высокое качество подготовки кишки без соблюдения диетических ограничений.**

**Разрешенные блюда и напитки:**

* Мясные блюда: нежирное мясо, птица – стейком или в виде котлеты. Без овощей и приправ.
* Рыба: филе, запеченная, на пару, жареная. Без овощей и приправ.

* Яйца: отварные, яичница, омлет. Без овощей и приправ.
* Кисломолочные продукты: йогурты и творог без наполнителей в виде самостоятельного блюда или в сырниках/запеканке, сметана, творожные сырки (без добавок), сыр.
* Хлеб: белый хлеб из муки высшего сорта без отрубей, зерновых и кондитерских добавок.
* Гарниры и каши: манная каша (без добавок), рисовая каша, белый отварной рис, макароны из пшеничной или рисовой муки высшего сорта, картофельное пюре.
* Сладости: сгущенное молоко, желе (без фруктов), леденцы, мёд (не в сотах!), сахар.
* Чай
* Прозрачные соки без мякоти (например, осветлённый яблочный сок)
* Кофе, **кроме дня накануне исследования**
* Бульон из мяса или птицы без овощей и специй
* В любые блюда и напитки разрешено добавлять по вкусу: соль, сахар.

Пациентам, **продолжающим** при подготовке к колоноскопии получать препараты группы агонистов ГПП-1 (Оземпик, Квинсента, Семавик, Мунжаро и пр.), необходимо в течение 3 дней перед исследованием принимать исключительно жидкую пищу (например, йогурт без наполнителя, бульон, кефир)

**Строго запрещены:**

* Фрукты
* Овощи

* Ягоды
* Грибы
* Крупы
* Семечки
* Зерновые добавки (лён, кунжут и др.)
* Зелень
* Орехи
* Варенье
* Чипсы
* Чёрный хлеб, изделия из цельного зерна.
* Шоколад
* Специи, приправы (кроме соли и сахара)
* Овощные супы, борщ, щи.
* Компоты, морсы, цельное молоко, газированные напитки
* Бобовые
* Морепродукты
* Колбасы, сосиски, копчёности

По возможности, питайтесь дома в дни подготовки к колоноскопии. Если всё-таки пришлось перекусить в кафе - отдавайте предпочтение блюдам с простым составом и подачей, чтобы вы могли легко убедиться в отсутствии нежелательных ингредиентов. Уточните у персонала точный состав блюда – не только овощи и фрукты, но даже просто молотый перец может свести на нет все ваши усилия при подготовке к исследованию.

**Выберите удобное для себя время для проведения процедуры – в первой половине дня или ближе к вечеру. От этого будет зависеть режим питания и приёма препарата для подготовки.**

 3

**Колоноскопия до 16:00**

**В день накануне исследования**

Завтрак **до 12:00** продуктами из разрешенного списка.

После **12:00** можно употреблять только разрешенные жидкости (см список «Разрешенные блюда и напитки»)

**В 18:00** начните **1 этап** подготовки к исследованию.

* Один флакон препарата Эзиклен разведите негазированной водой комнатной температуры до получения объема **500 мл**
* В течение **2 часов** равными долями употребите полученные 500 мл раствора, затем выпейте дополнительно **1 литр** любой разрешенной жидкости
* В последний стакан жидкости добавьте 15мл пеногасителя Симетикон (Эспумизан, Боботик, СабСимплекс)

**Как сделать приём препарата более комфортным:**

* Приготовленный раствор можно охладить
* Пить раствор небольшими порциями или через трубочку
* Запить раствор прозрачным соком без мякоти
* Рассосать леденец, дольку лимона или апельсина (не проглатывать мякоть и косточки)

**В день исследования**

Нельзя принимать пищу, в том числе из разрешенного списка

Принять кардиологические препараты, которые вы получаете постоянно, например, гипотензивные (прием антикоагулянтов/дезагрегантов обсуждается отдельно, см. пункт 1 данного руководства)

При планировании внутривенной анестезии - за **2 часа** до исследования прекратить приём любой жидкости

Провести 2й этап подготовки толстой кишки к исследованию по тому же алгоритму, который вы проводили накануне (см выше). Обратите внимание, что утреннее время приема препарата зависит от времени проведения колоноскопии.



|  |  |
| --- | --- |
| **Время начала исследования** | **Время приёма препарата** |
| **9:00** |  **5:00 – 6:30** |
| **10:00** |  **5:30 – 7:30** |
| **11:00** |  **6:00 – 8:00** |
| **12:00** |  **7:00 – 9:00** |
| **13:00** | **8:00 – 10:00**  | **Вы можете подготовиться в клинике****с 9:00 до 11:00** |
| **14:00** |  **9:00 – 11:00**  | **Вы можете подготовиться в клинике** **с 10:00 до 12:00** |
| **15:00** |  **10:00 – 12:00**  | **Вы можете подготовиться в клинике****с 11:00 до 13:00** |

**Колоноскопия после 16:00**

**В день накануне исследования**

Завтрак и обедпродуктами из разрешенного списка. При необходимости, лёгкий ужин **не позднее 19:00**



После **19:00** употреблять только разрешенные жидкости (см список «Разрешенные блюда и напитки»)

**В день исследования**

Нельзя принимать пищу, в том числе из разрешенного списка

Принять кардиологические препараты, которые вы получаете постоянно, например, гипотензивные (прием антикоагулянтов/дезагрегантов обсуждается отдельно, см. пункт 1 данного руководства)

Если планируется внутривенная анестезия - за **2 часа** до исследования прекратите приём любой жидкости

Проведите последовательно оба этапа подготовки к исследованию. На каждый этап необходимо:

* Один флакон препарата Эзиклен разведите негазированной водой комнатной температуры до получения объема **500 мл**
* В течение **2 часов** равными долями употребите полученные 500 мл раствора, затем выпейте дополнительно **1 литр** любой разрешенной жидкости
* В последний стакан жидкости добавьте 15мл пеногасителя Симетикон (Эспумизан, Боботик, СабСимплекс)

Для определения корректного времени приёма препарата воспользуйтесь схемой на следующей странице

**Схема приёма препарата Эзиклен для подготовки к колоноскопии в день исследования**



|  |  |
| --- | --- |
| **Время исследования** | **Время приёма препарата** |
| **16:00** | **1 этап 9:00 – 11:00**  | **2 этап 12:00 - 14:00** |
| **17:00** | **1 этап 10:00 - 12:00** | **2 этап 13:00 – 15:00** |
| **18:00** | **1 этап 11:00 - 13:00** | **2 этап 14:00 – 16:00** |
| **19:00** | **1 этап 12:00 - 14:00** | **2 этап 15:00 – 17:00** |

**Своевременное выполнение видеоколоноскопии высокой чёткости является эффективной мерой профилактики рака толстой кишки. Проходите скрининговые исследования вовремя и будьте здоровы!**