## Бесшлаковая диета (за 3 дня до исследования)

**МОЖНО принимать рафинированную пищу и легко перевариваемые продукты:**

Отварное мясо (нежирные сорта), рыба, курица, бульон, обезжиренные кисломолочные продукты без фруктовых добавок, вареные яйца, омлет, мед, желе, некрепкий чай и кофе, прозрачные соки без мякоти, негазированная вода.

**НЕЛЬЗЯ употреблять пищу, богатую клетчаткой, и плохо перевариваемые продукты:**

Зерно содержащие продукты, фрукты, овощи, ягоды, зелень, крупы, злаковые, бобовые, грибы, орехи, жирные сорта мяса, рыбы и птицы, крем-супы, копчености, консервы, колбасы, жирные молочные продукты, хлеб, сладости, алкоголь, газированные напитки.

## Прием жидкостей (за 1 день до исследования)

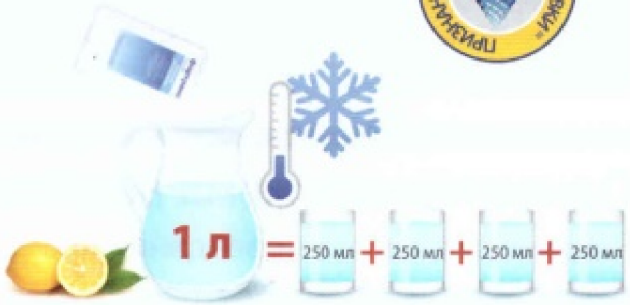
**МОЖНО пить прозрачные жидкости в неограниченном количестве:**

прозрачный бульон, некрепкий чай и кофе, прозрачные соки без мякоти, негазированная вода.[2]

**НЕЛЬЗЯ употреблять любую твердую пищу[2]**

## Рекомендации по приему препарата Фортранс®


1. Раствор готовится из расчета 1 пакетик Фортранса на 1 литр воды.[1] Для качественной подготовки рекомендуется принять 4 литра раствора.[2] **Уменьшать количество жидкости НЕЛЬЗЯ!**[1]
2. Для улучшения вкуса можно добавить в раствор **сок цитрусовых без мякоти** и пить охлажденным[2]
3. Раствор пить **постепенно** в течение часа — **по 1 стакану каждые 15 минут** отдельными глотками[2]
4. Примерно **через 1 час** после начала приема раствора Фортранса появится безболезненный жидкий стул[2]




5. Опорожнение кишечника завершится выделением прозрачной или слегка окрашенной жидкости **через 2–3 часа** после приема последней дозы раствора Фортранса[2]
6. Во время приема Фортранса рекомендуется **ходить**, выполнять круговые движения корпусом и легкий массаж передней брюшной стенки
7. Прием Фортранса необходимо закончить **за 3–4 часа** до начала исследования[3]
8. Если есть склонность к запору, минимум **за 1 неделю** до исследования рекомендуется начать прием слабительных препаратов (например, препарата Форлакс®)[2]


1. Инструкция по медицинскому применению препарата Фортранс® http://grls.rosminzdrav.ru/
2. Веселов В.В., Никифоров П.А., Федоров ЕД «Клинические рекомендации по подготовке к эндоскопическому исследованию толстой кишки». М. 2011. С. 21–23, 25, 53, 19–20, 32, 35, 37.
3. Seo EH, Kim TO, Park MJ, et. al. Optimal preparation-to-colonoscopy interval in split-dose PEG bowel preparation determines satisfactory bowel preparation quality: an observational. GastrointestEndosc. 2012 Mar;75(3):583-90
4. Enestvedt BK, Tofani C, Laine LA, Tierney A, Fennerty MB. 4-liter split-dose polyethylene glycol is superior to other bowel preparations, based on systematic review and meta-analysis. Clinical Gastroenterology and Hepatology 2012 Nov;10(11): 1225-31.
5. Kilgore TW, Abdinoor AA, Szary NM, et. al. Bowel preparation with split-dose polyethylene glycol before colonoscopy: a meta-analysis of randomized controlled trials. Gastrointest Endosc. 2011 Jun;73(6):1240-5.





Рег. уд. П №014306/01 от 17.08.07

RUS.FTR.13012015

## **Одноэтапная** схема подготовки препаратом Фортранс®

Рекомендуется при проведении исследования **до 13 00**

**1** **За 3 дня до исследования**[2]

Бесшлаковая диета

**2** **За 2 дня до исследования**[2]

Бесшлаковая диета

**3** **За 1 день до исследования**[2]

до 13:00  Принимать только жидкости, не употреблять твердую пищу

| 16:00–17:00 | 17:00–18:00 | 18:00–19:00 | 19:00–20:00 |
|---|---|---|---|
| Принять 1 л Фортранса (по 1 стакану каждые 15 минут) | Принять 1 л Фортранса (по 1 стакану каждые 15 минут) | Принять 1 л Фортранса (по 1 стакану каждые 15 минут) | Принять 1 л Фортранса (по 1 стакану каждые 15 минут) |

**4** **В день исследования**

Если исследование проводится без обезболивания (седации), можно выпить чай с медом или негазированную воду[2]

Если исследование проводится с обезболиванием (седацией), нужно быть натощак[2]

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

**фортранс®**

Указанное в листовке время можно менять, но важно помнить, что прием последней дозы Фортранса рекомендуется закончить за 3–4 часа до начала исследования

## **Двухэтапная** схема подготовки препаратом Фортранс®

Более предпочтительна, так как обеспечивает лучшее качество подготовки и легче переносится пациентом[4,5]

Рекомендуется при проведении исследования **после 13:00**

**1** **За 3 дня до исследования**[2]

Бесшлаковая диета

**2** **За 2 дня до исследования**[2]

Бесшлаковая диета

**3** **За 1 день до исследования**[2]

до 15:00

Принимать только жидкости, не употреблять твердую пищу[2]

**I этап приема Фортранса:**

| 18:00–19:00 | 19:00–20:00 |
|---|---|
| Принять 1 л Фортранса (по 1 стакану каждые 15 минут) | Принять 1 л Фортранса (по 1 стакану каждые 15 минут) |

**4** **В день исследования**

Если исследование проводится без обезболивания (седации), можно выпить чай с медом или негазированную воду[2]

Если исследование проводится с обезболиванием (седацией), нужно быть натощак[2]

**II этап приема Фортранса:**

| 5:30–6:30 | 6:30–7:30 |
|---|---|
| Принять 1 л Фортранса (по 1 стакану каждые 15 минут) | Принять 1 л Фортранса (по 1 стакану каждые 15 минут) |