



PRZYGOTOWANIE DO KOŁONOSKOPII

7 DNI PRZED BADANIEM



Dokładne przygotowanie jest warunkiem prawidłowego badania



DIETA LEKKOSTRAWNA



MOŻNA JEŚĆ

- 🍞 białe pieczywo
- 🍲 biały ryż, makaron
- 🥔 ziemniaki (bez skórki)
- 🥕 gotowana marchew
- 🍗 chude mięso (kurczak, indyk)
- 🐟 ryby
- 🥛 jogurt naturalny, kefir



NIE WOLNO JEŚĆ

- produktów z pestkami i ziarnami (mak, sezam, siemień)
- pieczywa razowego i pełnoziarnistego
- kasz (gryczana, jęczmienna)
- owoców z pestkami (kiwi, truskawki, winogrona)
- warzyw wzdymających (kapusta, fasola, groch)
- musli, płatków zbożowych



LEKI – WAŻNE



Preparaty żelaza



zwykle odstawić **7 dni przed badaniem**



Poinformuj lekarza, jeśli przyjmujesz:

- leki przeciwkrzepliwe
- leki na cukrzycę
- leki przeciwzapalne



Nie odstawiaj leków samodzielnie



NAWODNIENIE

✓ pij minimum **2 litry płynów dziennie**

- woda
- herbata
- klarowne soki (bez miąższu)

✗ nie pij alkoholu

✗ nie pij soków z miąższem



AKTYWNOŚĆ

- spacer
 - lekka aktywność fizyczna
- 👉 pomaga zapobiegać zaparciom



INFORMACJE KOŃCOWE



Szczegółowe zalecenia dotyczące:

- diety **dzień przed badaniem**
- przyjmowania **preparatu przeczyszczającego**



otrzymasz osobno



W RAZIE PYTAŃ

Telefon: 172404836