

Памятка по подготовке к Фиброэзофагогастродуоденоскопия (гастроскопия)

СОБЛЮДЕНИЕ ДИЕТЫ

Самым важным методом подготовки взрослого пациента к гастроскопии желудка (ФГДС) является строгий контроль питания за несколько дней до исследования. За 2-3 дня до процедуры рекомендуется придерживаться диеты.



ЭТИ ПРОДУКТЫ НЕ РАЗРЕШЕНЫ:

- жирные виды мяса (баранина, утка, гусь, свинина);
- жирная рыба (лосось, тунец, форель);
- орехи;
- бобовые (горох, фасоль, нут, маш, чечевица);
- грибы;
- семечки;
- хлебобулочные и кондитерские изделия;
- острые приправы (хрен, чеснок, горчица, перец);
- соусы;
- молоко;
- макароны;
- наваристые бульоны;
- цельнозерновые крупы (ячмень, рис, кукуруза, пшеница);
- консервы;
- копчености;
- сало;
- фастфуд;
- шоколад.



ЭТИ ПРОДУКТЫ РАЗРЕШЕНЫ:

- легкие вегетарианские супы с добавлением свежей зелени;
- куриное мясо или индейка (предпочтительно грудка);
- нежирная рыба (треска, хек, окунь, минтай);
- обезжиренный йогурт или кефир;
- каши, приготовленные на воде (гречневая и овсяная);
- овощи (вареные или запеченные);
- паровые омлеты;
- яйца всмятку;
- сухое печенье;
- сливочное масло (в небольшом количестве);
- бананы, сладкие груши и яблоки;
- тыква, цветная капуста.

СОБЛЮДЕНИЕ ГОЛОДА

Исследование желудка проводят строго натощак. Для этого нужно организовать полный покой пищеварительному тракту на протяжении 12 часов (минимально 8 часов).

- Если ФГДС проходит утром или днём (до 15:00), вечером перед исследованием разрешен легкий ужин. Далее необходимо воздержаться от приемов пищи.
- Если ФГДС назначена на послеобеденное время (после 15:00), правила подготовки к исследованию несколько меняются. Во избежание плохого самочувствия пациент может организовать легкий перекус пищи утром. Важно, чтобы завтрак состоялся не позднее, чем за 8 часов до начала манипуляции. Можно съесть обезжиренный йогурт, выпить травяной чай с добавлением меда.

Нарушение этого правила чревато сильной тошнотой в процессе исследования, рвотой и крайне неприятными ощущениями. Также информативность исследования резко снижается.

МОЖНО ЛИ ПИТЬ ВОДУ ПЕРЕД ИССЛЕДОВАНИЕМ?

Накануне исследования пациент соблюдает обычный питьевой режим. Чистую негазированную воду можно употреблять и после ужина. Последнюю порцию жидкости в размере до 100 мл (половина стакана) можно выпить не позднее, чем за 4 часа до начала манипуляции. Далее пить жидкость в любых объемах запрещено. То есть, если гастроскопия назначена на 9 часов утра, а пациент проснулся в 7, от употребления воды нужно воздержаться.