

## Разъяснения о том, как принимать двойной цитрат магния во время подготовки к колоноскопии

**ВАЖНО!** Не откладывая, прочтите эти разъяснения, чтобы правильно подготовиться к процедуре. Позвоните по телефону **617-754-8888**, если у вас возникнут вопросы или понадобится перенести или отменить процедуру.

### Куда явиться на процедуру:

- East Campus**, 330 Brookline Ave, Boston
  - Здание Stoneman, 3-ий этаж
  - Здание Stoneman, 4-ый этажПарковка в гараже Feldberg
- West Campus**, 185 Pilgrim Road, Boston, West Procedural Center (WPC) Здание Farr, 1-ый этаж  
Парковка в гараже на Pilgrim Road или в гараже здания Lowry
- Beth Israel Deaconess, Lexington Campus**  
482 Bedford Street, Lexington Ambulatory Surgery (Отделение амбулаторной хирургии), 1-ый этаж

День /Дата (Day/Date): \_\_\_\_\_

Время прибытия (Arrival time): \_\_\_\_\_

Время процедуры (Procedure time): \_\_\_\_\_

Приблизительное время выписки  
(Discharge time): \_\_\_\_\_

Фамилия проводящего процедуру врача  
(Doctor): \_\_\_\_\_

### Предварительная подготовка к процедуре

- ❖ **Медикаменты.** Если вы принимаете Pepto-Bismol или любые железосодержащие добавки, просьба прекратить их прием за 7 дней до анализа. Можно продолжать прием аспирина и других подобных болеутоляющих. Позвоните нам, если вам были прописаны **антикоагулянты**, но вы не упомянули об этом, когда записывались на процедуру. **НЕ меняйте режима приема** лекарств самостоятельно.
- ❖ **Пациентам с диабетом.** Не меняйте диету, режим приема лекарств и дозу инсулина, не посоветовавшись предварительно с врачом.
- ❖ **Если вы беременны,** пожалуйста, посоветуйтесь со своим акушером-гинекологом о том, когда лучше провести процедуру, а также о том, какой выбрать способ седации или наркоза.
- ❖ **Седация.** Большинство пациентов получают перед процедурой седативные средства. Просьба сообщить нам заблаговременно, если у вас имеется одна или более из указанных ниже проблем, способных повлиять на седацию:
  - Аллергические реакции или иные проблемы, связанные с седативными, болеутоляющими или наркотическими средствами
  - Текущий вес вашего тела составляет более 300 фунтов (136 кг)
  - Вы принимаете в настоящее время наркотические болеутоляющие средства
  - Вы страдаете тяжелой болезнью печени
- ❖ Не следует возвращаться на работу или учебу, принимать важные решения и осуществлять уход за детьми, пока вновь не окрепнет организм, ослабленный седацией. Если не будет указано иначе, вы сможете вернуться к своим обычным обязанностям на следующий день после колоноскопии.
- ❖ **ДОГОВОРИТЕСЬ С КЕМ-НИБУДЬ, ЧТОБЫ ВАС ЗАБРАЛИ ДОМОЙ.** Когда вы будете готовы к выписке, за вами в процедурный блок должен зайти кто-нибудь из ваших взрослых родственников или знакомых. Исключения возможны только для пациентов, решивших проходить процедуру без седации. В этом случае пациент должен заранее обсудить свое намерение с врачом. **После седации запрещено водить машину.**
- ❖ Более подробную информацию можно прочесть на странице вебсайта **Подготовка к процедуре.** Для этого скопируйте телефонным фотоаппаратом отпечатанный справа код или посетите страницу [www.bidmc.org/gipreps](http://www.bidmc.org/gipreps)



## Подготовка кишечника к колоноскопии: Двойной цитрат магния

### Как готовиться к процедуре

#### За семь (7) дней до колоноскопии

- Перейдите на легкоусвояемую диету. В прилагающемся справочном листке приводится список продуктов, которые следует исключить.

#### За два (2) дня до колоноскопии

- С самого утра пейте прозрачные жидкости. Не прекращайте их пить следующие два дня. Список таких жидкостей приводится в справочном листке.
- В 15 часов - 1-ая доза цитрата магния 1-го дня:** Выпейте 1 1/2 бутылки цитрата магния (15 унций).
- В следующие 2 часа -** Выпейте по меньшей мере три стакана прозрачных жидкостей, каждый объемом 8 унций.
- В 21 час - 2-ая доза цитрата магния 1-го дня:** Выпейте 1 1/2 бутылки цитрата магния (15 унций). Всю эту порцию жидкости необходимо выпить до отхода ко сну.

#### За день до колоноскопии

- Продолжайте пить только прозрачные жидкости. Весь день пейте их очень много. Список рекомендуемых прозрачных жидкостей приводится в справочном листке.
- В 19 часов - 1-ая доза цитрата магния 2-го дня:** Выпейте 1 1/2 бутылки цитрата магния (15 унций).

- В следующие 2 часа -** Выпейте по меньшей мере три стакана прозрачных жидкостей, каждый объемом 8 унций.

#### В день колоноскопии

- За 6 часов до процедуры – примите 2-ую дозу цитрата магния 2-го дня:** Выпейте последние 1 1/2 бутылки цитрата магния (15 унций).  
Вероятно, вам придется проснуться ночью, чтобы выпить последнюю порцию жидкости. Это не очень удобно, однако опыт подсказывает, что это самый лучший метод очистки кишечника. Даже если стул станет прозрачным еще до того, как вы закончите прием всех доз жидкости, все равно надо будет допить раствор в полном объеме.
- За 4 часа до назначенной процедуры -** Прекратите пить любые жидкости. Можете принять обычные утренние лекарства вместе с глотком воды. Пациенты, страдающие диабетом или принимающие антикоагулянты, должны будут посоветоваться с лечащим врачом о том, надо ли менять режим приема лекарств.

### ВАЖНО!

Прочитайте полный текст этих инструкций минимум за неделю до процедуры и позвоните к нам в офис, чтобы задать вопросы.



### Что вам потребуется

- Шесть (6) бутылей\* (каждая объемом 10 унций) цитрата магния с лимонной добавкой или без добавок (вишневые и виноградные добавки только без красителей)**  
По желанию
- Три (3) бутылки (по 16 унций каждая) прозрачных жидкостей или спортивных напитков (любого цвета, кроме красного и розового)
- Пакетики Jell-O любого цвета, кроме красного и розового
- Кубики овощного, куриного или говяжьего бульона
- Baby Wipes

### Полезные советы

- Если в процессе подготовки вы почувствуете тошноту, советуем выпить мятный чай или пососать лимон.
- Для предотвращения тошноты рекомендуется также ставить раствор на лед.
- Когда начнется понос, Baby Wipes могут пригодиться для предотвращения болезненных кожных реакций. Не пользуйтесь вазелином и Desitin.



**Цитрат магния богат натрием.** Пациентам, страдающим почечной или сердечной недостаточностью, следует до начала приема раствора проконсультироваться со своим врачом.

## Диета, состоящая из легкоусвояемых продуктов и прозрачных жидкостей

Ниже приводится перечень разрешенных к употреблению продуктов, а также список прозрачных жидкостей, которые можно пить при подготовке к колоноскопии. В целом, избегайте жесткой еды и не употребляйте продуктов, богатых клетчаткой, содержащих цельное зерно, орехи, семечки, шелуху и красный краситель.

### ВАЖНО!

Следуя диете из легкоусвояемых пищевых продуктов, вы сможете лучше всего подготовить кишечник к колоноскопии. Если вы не уверены, является ли легкоусвояемым тот или иной продукт, воздержитесь от его употребления.



Группа продуктов	Разрешенные продукты	Запрещенные продукты
<b>Молочные продукты</b>	Обычное, соевое и ореховое молоко (только незернистое), мороженое, йогурт, сыр	Не употреблять молочные продукты, в которых содержатся орехи, семечки или фрукты
<b>Напитки</b>	Кофе, чай, газированная вода, соки без мякоти, Kool-Aid (без красного красителя), Boost, Ensure и другие питательные добавки без клетчатки	Не употреблять напитков с мякотью, семечками и добавками клетчатки, а также сливовый сок
<b>Хлеб, хлопья, углеводы</b>	Рафинированные виды хлебобулочных изделий, включая английские булочки (English muffins), питу, бисквиты, сдобу, крекеры, блины, вафли, Cheerios, Cornflakes, Rice Krispies, белый рис, рафинированные макаронные изделия	Не есть изделия из цельнозерновой муки, овсянку, гранолу, продукты с семечками и орехами, кукурузный хлеб, крекеры из непросеянной пшеничной муки (graham crackers), коричневый и дикий рис, картофельную кожуру, кинву
<b>Фрукты</b>	Консервированные и вареные фрукты без кожицы и семечек, яблочный соус, зрелые бананы, желеобразный клюквенный соус	Не употреблять сырые фрукты (но бананы можно), консервированные ананасы, апельсины, фруктовое ассорти, сушеные фрукты, непроцеженный клюквенный соус, авокадо
<b>Овощи</b>	Мягкие, хорошо проваренные консервированные и замороженные овощи без семечек и кожуры, такие как очищенная морковь и свекла, фильтрованный овощной сок и томатный соус	Не употреблять никаких сырых, а также жестких и волокнистых вареных овощей, таких как брокколи, спаржа, шпинат и т.п.
<b>Мясо и его заменители</b>	Мягкая вареная рыба, птица, говядина, свинина, яйца, тофу, однородная ореховая паста	Не есть хрящей, мясных закусок, мясозаменителей, изготовленных из цельных зерен, семечек, орехов, бобовых и чечевицы
<b>Разное</b>	Соль, сахар, молотые или измельченные специи, шоколад, жидкие или однородные пищевые добавки, такие как кетчуп, соевый соус, майонез или желе (но не джем и не варенье)	Не употреблять перец, семенные пряности и другие зерносодержащие продукты, орехи, попкорн, соленые огурцы и маслины

### Диета, состоящая из прозрачных жидкостей: чтобы не обезводиться, пейте весь день прозрачные жидкости!

На стадии подготовки к анализу, когда вам разрешается пить исключительно прозрачные жидкости, вы сможете употреблять только следующие напитки: обычная вода, светлая газированная вода, чай или кофе (только черные без сливок и молока), прозрачные соки, Gatorade и другие спортивные напитки (без красных красителей), куриный, говяжий и овощной бульон, Jell-O (только не красный) и леденцы на палочке (не красные).

Не употреблять твердую пищу. Не разрешено грызть карамели и жевать резинку, употреблять напитки с красными красителями, молочные напитки, соки с мякотью, алкоголь.