

## **Подготовка к процедуре ФГДС**

За два дня до диагностики рекомендуется ограничить себя в тяжелой и вызывающей повышенное газообразование еде. Следует исключить из рациона:

- алкогольные напитки;
- шоколад;
- острую еду;
- орехи;
- жирное мясо;
- бобовые; (чечевица, горох и т.д.)
- грибы;
- фастфуд;
- копчености;
- и т.д.

!От тяжелой еды желудок может просто не успеть очиститься, что ухудшит результаты исследования.

### **Что можно есть при подготовке к ФГДС**

- вареную куриную грудку;
- нежирная рыба;
- гречка или рис;
- легкие супы;
- яйца;
- кисломолочные продукты (нежирные);
- овощи после термической обработки.

**!Последний прием пищи должен быть за 10-12 часов до диагностики**

Ужинать примерно за 3-4 часа до сна.

При подготовке к ФГДС во второй половине дня нужно по-прежнему сохранять интервал в 10-12 часов

Пить воду можно вплоть до двух часов до процедуры. Следует исключить крепкий чай, кофе, газированные напитки.

После процедуры можно есть спустя два часа. Рекомендуем принимать легкую пищу в день обследования.

**Перед процедурой ФГДС НЕЛЬЗЯ:**

- курить;
- принимать лекарства;
- жевать жвачку;
- чистить зубы (внутри может попасть паста и вызвать раздражение);
- не стоит проходить ФГДС при недомогании (насморк, температура - лучше подождать выздоровления);
- нельзя делать ФГДС при ларингите, фарингите, трахеите (мешает отек слизистой, она становится чувствительной к механическому воздействию эндоскопа).

Также нужно предупредить врача при наличии хронических патологий, аллергии на медицинские препараты и трудностях с носовым дыханием.