

КАЛЬКУЛЯТОР ИНДИВИДУАЛЬНОЙ СХЕМЫ ПОДГОТОВКИ

Подготовка к диагностическому исследованию

Двухэтапная схема

Скачать

МОЖНО ЕСТЬ

- ✓ овсянка
- ✓ белый рис
- ✓ нежирный творог
- ✓ нежирный сыр
- ✓ сливочное масло
- ✓ натуральный йогурт (без добавок)
- ✓ нежирная говядина (в варёном или тушёном виде)
- ✓ телятина (в варёном или тушёном виде)
- ✓ курица (в варёном или тушёном виде)
- ✓ нежирные сорта рыбы (треска, судак, окунь, щука) (в варёном или тушёном виде)
- ✓ сахар
- ✓ мёд (не в сотах)
- ✓ сироп

МОЖНО ПИТЬ

- ✓ нежирный мясной бульон (процеженный)
- ✓ чай
- ✓ сок (без мякоти, сухофруктов, ягод, зёрен)
- ✓ вода
- ✓ безалкогольные негазированные, неокрашенные напитки

НЕЛЬЗЯ ЕСТЬ

- ✗ хлебобулочные, мучные и макаронные изделия
- ✗ крупы, каши, бобовые, злаковые, орехи, семечки, кунжут, мак, зёрна, отруби и т. д.
- ✗ йогурт с добавками и наполнителями
- ✗ пудинг
- ✗ сметана
- ✗ мороженое
- ✗ жирный творог
- ✗ овощные супы (щи, борщ)
- ✗ молочные супы
- ✗ крем-супы
- ✗ окрошка
- ✗ жирные сорта мяса
- ✗ утка
- ✗ гусь

- ✗ колбасы
- ✗ сосиски
- ✗ жирные сорта рыбы (сельдь, скумбрия, форель, лосось)
- ✗ морепродукты
- ✗ овощи
- ✗ грибы
- ✗ зелень
- ✗ фрукты
- ✗ ягоды
- ✗ сухофрукты
- ✗ варенье, джем, мармелад, желе
- ✗ острые приправы (хрен, перец, горчица, лук, уксус, чеснок);
- ✗ приправы с зёрнами, травами
- ✗ копчёности
- ✗ соленья
- ✗ консервы
- ✗ морская капуста
- ✗ чипсы
- ✗ гамбургеры
- ✗ шоколад

НЕЛЬЗЯ ПИТЬ

- ✗ молоко
- ✗ алкогольные напитки
- ✗ квас
- ✗ газированная вода и напитки
- ✗ кофе
- ✗ напитки из сухофруктов (компот, кисель)

1 день

Завтрак: блюда из разрешённых продуктов и напитков

Обед: блюда из разрешённых продуктов и напитков

Ужин: блюда из разрешённых продуктов и напитков

2 день

Завтрак: блюда из разрешённых продуктов и напитков

Обед: блюда из разрешённых продуктов и напитков

Ужин: блюда из разрешённых продуктов и напитков

3 день (накануне исследования)

Завтрак: блюда из разрешённых продуктов и напитков

Обед (до 13:00): лёгкие блюда из разрешённых продуктов и напитков

Ужин: разрешённые напитки

20:00-21:00 – принять первый литр раствора препарата МОВИПРЕП®

21:00-21:30 – 500 мл воды, чая или бульона

4 день (день исследования)

06:00-07:00 – второй литр раствора препарата МОВИПРЕП®

07:00-07:30 – 500 мл воды, чая или бульона

Действие препарата начинается примерно через 1 час и продолжается в среднем в течение 2 часов после каждого принятого литра. Приём препарата необходимо завершить минимум за 2 и максимум за 4 часа до исследования.

Объём раствора препарата МОВИПРЕП® и дополнительной разрешённой жидкости уменьшать нельзя.

Раствор препарата можно принимать охлаждённым, через коктейльную трубочку или чередовать с небольшим количеством разрешённой жидкости. Во время приёма препарата разрешается рассасывать леденцовую карамель или жевательную резинку.

Для повышения эффективности действия препарата необходимо соблюдать двигательную активность: ходить, выполнять круговые движения корпусом, наклоны в стороны и вперёд-назад, приседания.