

KOLONOSKOPİ HAZIRLIĞI

1. Kolonoskopik incelemenin eksiksiz ve güvenli bir şekilde yapılabilmesi için kalın barsağın temizliğinin tam olması gereklidir. Barsak temizliği yeterli olmazsa işlem tekrar edilmek zorunda kalacaktır.
2. Barsak temizliğini işleme tarihinin **üç gün öncesinden başlayan özel bir diyetle** sağlanır. Bu diyetle bardaklarda posa bırakmayan sıvı gıdalar yenilmesi gereklidir. Diyet yaptığınız süre içinde bol su içmeye özen gösteriniz ve katı gıdalar tüketmeyiniz.
3. İşlemden bir gece önce akşam yemeğinden önce doktorunuz tarafından önerilecek olan müshili tarif edildiği şekilde kullanınız. Bundan sonra hiçbir şey yemeyiniz ancak işlemden 2 saat öncesine kadar su içebilirsiniz. İlacı aldıktan birkaç saat sonra ishal şeklinde dışkılamanız olacaktır. İdeal bir barsak temizliğinden sonra son yapılan sıvı kıvamlı dışkının berrak olması gerekir.
4. Randevunuza gelirken hiç bir şey yemeyiniz, su içebilirsiniz.
5. Kullanmakta olduğunuz ilaçlar içinde Coumadin veya Aspirin benzeri kan sulandırıcı ilaçlar varsa işlemden bir ya da birkaç gün önce kesilmesi gerektiğinden, doktorunuzu tektin istendiği gün haberdar ediniz.

UZAK DURULMASI GEREKEN BESİNLER

Salça ve salça ilaveli besinler, baharatlar ve çeşni vericiler
Taze ve konserve sebzeler ve sebze suları (tüm etli ve zeytinyağlı sebze yemekleri ve salatalar)
Taze ve konserve meyve ve meyve suları (Hazır ve taze sıkılmış meyve suları)
Kuru fasulye, nohut, mercimek, barbunya, soya fasulyesi, kuru bakla
Kepek ekmeği, çavdar ekmeği, tam tahıl unundan yapılmış besinler
Kepekli bisküviler
Form bisküvileri
Bulgur, patates, mısır
Süt, yoğurt, ayran, kefir, kaymak, krema, tereyağ, margarin
Sütlü tatlılar
Şerbetli tatlılar
Kuruyemişler (fındık, fıstık, ceviz, leblebi...)
Kuru meyveler (kuru kayısı, kuru üzüm, kuru erik, incir, yaban mersini...)
Kurutulmuş sebzeler
Sucuk, salam, sosis, sakatatlar
Et suyu ve tavuk suyu
Zeytin

KOLONOSKOPİ DİYETİ

1.GÜN ve 2. GÜN

SABAH : IHLAMUR – ADAÇAYI - AÇIK ÇAY
KAŞAR PEYNİR
BEYAZ PEYNİR
HAŞLANMIŞ YUMURTA
BAL-PEKMEZ, TANESİZ REÇEL
BEYAZ EKMEK

ARALAR: AÇIK ÇAY VEYA TANESİZ KOMPOSTO
PÖTİBÖR BİSKÜVİ VEYA SADE GALATA

ÖĞLE – AKŞAM: SÜTSÜZ, DOMATESSİZ SALÇASIZ UN ÇORBA VEYA
SALÇASIZ DOMATESSİZ BİBERSİZ ŞEHİRİYE ÇORBA VEYA
SALÇASIZ DOMATESSİZ, BİBERSİZ PİRİNÇ ÇORBA
HAŞLAMA VEYA IZGARA TAVUK ETİ
SÜTSÜZ, DOMATESSİZ, SEBZESİZ PİRİNÇ PİLAVI VEYA
SÜTSÜZ, DOMATESSİZ, SEBZESİZ MAKARNA
BEYAZ EKMEK

3. GÜN

SABAH: AÇIK ÇAY VEYA TANESİZ KOMPOSTO
PÖTİBÖR BİSKÜVİ
BAL VEYA TANESİZ REÇEL

ARA: AÇIK ÇAY VEYA TANESİZ KOMPOSTO
PÖTİBÖR BİSKÜVİ

ÖĞLE- AKŞAM: SÜTSÜZ, DOMATESSİZ SALÇASIZ UN ÇORBA VEYA
SALÇASIZ DOMATESSİZ BİBERSİZ ŞEHİRİYE ÇORBA VEYA
SALÇASIZ DOMATESSİZ, BİBERSİZ PİRİNÇ ÇORBA
TANESİZ KOMPOSTO
PÖTİBÖR BİSKÜVİ

BESLENME UZMANI