

一大腸内視鏡検査を受ける方へー

* 検査当日に腸の中を早く綺麗にするため前日は朝・昼・夕食とも消化の良いものを食べてください。

基本的には通常量を食べていただいて問題ありません。

食事内容は裏面のメニューをご参照ください。

* 腸内に消化されていない食べ物が残っていると当日の洗腸剤が追加になる可能性があり、また観察が不十分になる恐れがあります。

食べてはいけない食物は絶対に食べないようにお気をつけ下さい。

食べてはいけない食物

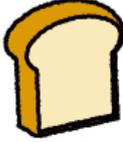
きのこ・海藻類・ゴマ・豆類・種が多い果物や野菜

玄米・雑穀米・揚げ物・脂身の多いお肉

* 便秘がちな方や、前回の検査で食べ物のカスや種などの残渣物があった方は**食べてはいけない食物**を検査**3日前**からお控え下さい。

* 検査前日のおすすめメニュー

※昼と夕食は検査食をお召し上がりください。

朝食				昼食	
					
食パン (具なし)	ポタージュ スープ(具なし)	バナナ	ヨーグルト (プレーン)	素うどん	卵焼き(具なし)
おやつ		夕食			
					
プリン	りんご (皮・種なし)	雑炊 (たまご・ささみ入り)	みそ汁 (具なし)	焼き魚 (皮なし)	豆腐 (薬味なし)
					
シチュー (赤身肉)	そぼろ煮 (大根入り)	目玉焼き	おにぎり (梅・鮭)	蒸しパン (具なし)	茶碗蒸し (具なし)
					
ポテトサラダ (具なし)	スープ (具なし)	クラッカー・クッキー (具なし)	キャラメル (具なし)	ゼリー (具なし)	

+

お通じを良くするために
水分を多めに摂ってください。

 スポーツ
ドリンク
お茶・水