Колоноскопия с подготовкой с помощью Миралакса и Гаторейда (стандартная подготовка)

График подготовки к колоноскопии

Ставьте галочки ☐ по мере выполнения!

За 21 день или как можно скорее: *Приобретите все необходимое для стандартной подготовки**

***Мы рекомендуем приобрести набор для подготовки в MNGI Digestive Health. Вы можете отсканировать QR-код или посетить https://www.mngi.com/colonoscopy-prep-kits**

Гаторейд не входит в набор для подготовки, его необходимо приобрести отдельно.

Или... отдельные необходимые средства можно приобрести в местной аптеке:

- ☐ Две (2) таблетки бисакодила по 5 мг
- ☐ Один (1) флакон порошка полиэтиленгликоля (ПЭГ) 3350 объемом 8,3 унции (МираЛАКС или его непатентованный эквивалент)
- ☐ 64 унции Гаторейда/Пауэрейда или разрешенного электролитного напитка (НЕ красного цвета)
- ☐ Две (2) таблетки, жевательные таблетки или мягкие капсулы симетикона по 125 мг либо три (3) по 80 мг
- ☐ Один (1) флакон цитрата магния объемом 10 унций (**БЕЗ** красного красителя) или порошок цитрата магния 16–18 г

Корректировка приема лекарственных препаратов: если Вы принимаете **агонисты ГПП-1** (Оземпик, Вегови, Трулисити, Рибелсус или другие) или **ингибиторы SGLT-2** (Инвокана, Фарсига, Джардианс, Стеглатро), следуйте специальным рекомендациям по прекращению их приема. https://www.mngi.com/colonoscopy-info

За 7 дней:

- ☐ **ПРЕКРАТИТЕ** прием добавок с клетчаткой и железом.
- ☐ IЕсли у Вас диабет, обратитесь к своему лечащему врачу для получения дальнейших рекомендаций по применению инсулина и/или контролю уровня сахара в крови.

За 3 дня:

- ☐ Начните соблюдать диету с низким содержанием клетчатки (10–15 г/день). **ИЗБЕГАЙТЕ** семян, орехов, попкорна, кукурузы, цельнозерновых продуктов, киноа, свежих фруктов, сырых овощей и т. д.

Для получения дополнительной информации о соблюдении диеты с низким содержанием клетчатки посетите www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet



© 6/2026

MNGi
DIGESTIVE HEALTH

За 2 дня:

- ☐ Пейте достаточно жидкости.
- ☐ **ПРЕКРАТИТЕ** есть твердую пищу в **23:45.**
- ☐ **НАЧНИТЕ** соблюдать диету, состоящую из прозрачных жидкостей (только жидкости, через которые можно видеть; без красного цвета).

Для получения дополнительной информации о соблюдении диеты, состоящей из прозрачных жидкостей, посетите https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet

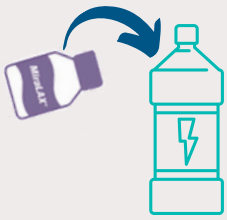
За 1 день:

- ☐ **ОТКАЖИТЕСЬ ОТ ТВЕРДОЙ ПИЩИ** НА **ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ.** Употребляйте **ТОЛЬКО** прозрачные жидкости
- ☐ **НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ:** молочные продукты (включая сливки для кофе), алкоголь, масла или продукты с мякотью
- ☐ в **12:00** примите две (2) таблетки бисакодила.
- ☐ В период с **16:00 до 18:00** пейте смесь Миралакса и Гаторейда (примерно по одному стакану объемом 8 унций каждые 15 минут).
  - ☐ Смешайте содержимое 1 флакона МираЛАКСа с 64 унциями жидкости (для приготовления смеси МираЛАКСа следует использовать не менее 56 унций электролитного напитка).
    - Можно добавить до 8 унций воды, чтобы получить общий объем 64 унции.
- ☐ Вместе с последним стаканом смеси МираЛАКСа и Гаторейда примите 240–250 мг симетикона.

12:00 — Бисакодил



В период с 16:00 до 18:00



выпейте последний стакан смеси МираЛАКСа

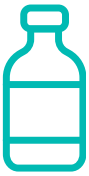


Симетикон

Продолжайте соблюдать диету, состоящую ТОЛЬКО из прозрачных жидкостей.

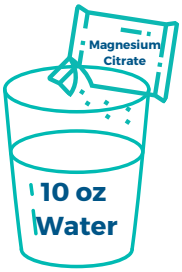
В день процедуры(продолжение на следующей странице):

- ☐ **ЗА 4 ЧАСА: выпейте цитрат магния.** Даже если ваш стул выглядит прозрачным, **НЕ** пропускайте этот этап. Цитрат магния имеет ключевое значение для удаления дополнительного слоя каловых масс и важен для качественной подготовки.

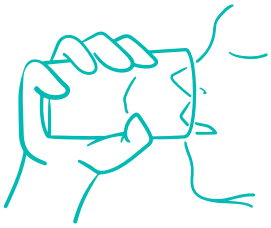


Флакон ЖИДКОСТИ объемом 10 унций Цитрат магния

ИЛИ



16–18 г магния Пакетик ПОРОШКА цитрата, растворенного в 10 унциях воды



© 6/2026

В день процедуры *(продолжение)*

- [ ] **ОТКАЖИТЕСЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ТВЕРДОЙ ПИЩИ**. Употребляйте **ТОЛЬКО** прозрачные жидкости
- [ ] **НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ:** молочные продукты (включая сливки для кофе), алкоголь, масла или продукты с мякотью
- [ ] **НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ:** жевательный табак, ТГК, марихуану или запрещенные наркотические вещества.
- [ ] **НЕ ПРИНИМАЙТЕ:** витамины или добавки в жевательной форме.
- [ ] Принимайте утренние лекарственные препараты, запивая небольшими глотками воды, **не менее чем за 3 часа до** процедуры.
    - Это включает препараты для лечения заболеваний сердца и артериального давления, препараты для разжижения крови (если наш офис не сообщил Вам прекратить их прием), метадон и противосудорожные препараты.

За 3 часа:

- [ ] **ПРЕКРАТИТЕ** употреблять любые жидкости. **НИЧЕГО НЕ ПРИНИМАЙТЕ ПЕРОРАЛЬНО** до окончания колоноскопии.
- [ ] Перед приемом убедитесь, что стул представляет собой **ТОЛЬКО** прозрачную/желтую жидкость или жидкость цвета чая. Если Вы не уверены, позвоните в наш офис по телефону 612-871-1145.

Дополнительная информация:

- **Советы по очищению кишечника:** поддерживайте достаточный уровень гидратации, оставайтесь рядом с туалетом и продолжайте пить раствор для подготовки каждые 15 минут. Раствор можно охладить, но не добавляйте лед. Также можно использовать соломинку.
- **Изменения времени приема:** если в течение 14 дней до назначенного приема у Вас появились симптомы простуды или гриппа (например, лихорадка, кашель, затрудненное дыхание), позвоните нам, чтобы перенести прием. Если у Вас появились какие-либо недавно диагностированные заболевания (например, дивертикулит, заболевания сердца или нарушения дыхания), позвоните в наш офис. Если Вам необходимо отменить или перенести прием по любой другой причине, позвоните по телефону 612-871-1145 не менее чем за 72 часа до назначенного времени.
- **Требование, касающееся сопровождающего:** убедитесь, что с Вами будет сопровождающий для регистрации, выписки и транспортировки.
- **Как я пойму, что готов(-а)?** После завершения подготовки у Вас не должно оставаться твердых каловых масс — стул должен представлять собой прозрачную/желтую жидкость или жидкость цвета чая. Вы должны видеть дно унитаза. Если Вы не уверены, что Ваш кишечник полностью очищен, позвоните в наш офис по телефону 612-871-1145 до того, как отправиться на прием.
- **У Вас есть вопросы?** Ответы на часто задаваемые вопросы о подготовке к колоноскопии и Вашем приеме можно найти по адресу **https://www.mngi.com/colonoscopy-faqs**

© 6/2026