



## Подготовка к ТРУЗИ

### За 2 суток:

#### исключить продукты, усиливающие газообразование

- свежие фрукты (малина, смородина, виноград, киви — в любом виде)
- зелень, капуста, ягоды, грибы, фасоль, горох, дрожжевая и сладкая выпечка, семечки, орехи
- газированные напитки, молоко
- мясо, рыба в соусе, колбаса
- не принимать активированный уголь и препараты, содержащие железо
- алкоголь, особенно накануне манипуляции

#### употреблять продукты, которые уменьшают газообразование:

- бульон
- отварные мясо
- рыба
- филе птицы
- сыр
- чай, негазированные напитки

### Вечером перед исследованием:

За 12 часов до исследования – легкий ужин не позднее 19:00

### Перед выходом на обследование:

за 3 часа до исследования (2 ч. до выхода из дома) сделать микроклизму **Микролакс** после микроклизмы опорожнить прямую кишку

### Мочевой пузырь:

- за 1-1,5 часа до исследования выпить 1 л любой негазированной жидкости (чай, морс, компот, минеральная вода без газа) и не мочиться
- при невозможности терпеть допустимо немного опорожнить пузырь для снятия напряжения и выпить немного жидкости для достижения полного наполнения мочевого пузыря к моменту исследования