

# DIETNÍ OPATŘENÍ PŘED ENDOSKOPICKÝM VYŠETŘENÍM

## 7 – 10 dnů před výkonem:

Přestaňte užívat preparáty obsahující železo. Pokud užíváte léky na omezení srážení krve, konzultujte léčbu s Vaším lékařem. Jste-li diabetik, konzultujte přípravu s Vaším diabetologem.

## 5 dnů před výkonem:

Vynechte jídla s vysokým obsahem vlákniny a s nestravitelnými zbytky.

### VHODNÁ JÍDLA (v menším množství)

- Měkké libové maso, např. dobře uvařené drůbeží, vepřové, telecí, jehněčí nebo šunka, játra, ledvinky, ryby, mleté maso
- Brambory - loupané, vařené, šťouchané
- Do měkka uvařená zelenina bez slupek
- Těstoviny či nudle z bílé mouky, bílá rýže, vše vařené
- Bílý chléb bez kminu, bílý toustový chléb, bílá mouka
- Měkké ovoce bez jadérek
- Čirý masový nebo zeleninový vývar bez pevných částic
- Piškotové pečivo, piškoty
- Pudink
- Vařené vajíčko
- Cukr nebo sladidlo
- Čaj a instantní káva (může být oslazené)
- Ovocné a perlivé nápoje
- Voda

### NEVHODNÁ JÍDLA

- Tuhé, vláknité maso, klobásy
- Pečivo s mákem a kminem, celozrnné pečivo, tmavý celozrnny chléb, křupavý chléb s vyšším obsahem vláknin, celozrnné suchary, celozrnná mouka
- Tukové koláče a cukroví, koláče s obsahem sušeného ovoce, ořechů, kokosu a máku
- Ovoce se slupkou nebo s vyšším obsahem vlákniny (hroznové víno, kiwi, jahody, meloun s jadérky, angrešt), veškeré ořechy a sušené ovoce
- Rajčata
- Brambory se slupkou, syrová zelenina
- Fazole, hrách, čočka, hnědá rýže a celozrnné těstoviny
- Husté zapražené polévky
- Marmeláda se slupkami a jadérky
- Snídaňové cereálie s vysokým obsahem vlákniny, ovesná kaše, otruby
- Jogurty s kousky ovoce a müsli jogurty
- Tuky – máslo a margarín - pouze střídmě
- Zrnková káva

## 1 den před výkonem:

Začněte s ještě přísnější dietou. Ke snídani si můžete dát čistý bílý jogurt a tekutiny. K obědu čirý masový nebo zeleninový vývar bez pevných částic. Dále můžete přijímat již jen čiré tekutiny (přes které je vidět), vyhýbejte se mléku a perlivým nápojům. (U pacientů trpících zácpou začíná tato fáze už 3 dny před výkonem, kdy k obědu a k večeři je nejlepší řídký masový nebo zeleninový vývar).

## V den výkonu:

Přijďte nalačno: nejezte, 8 hodin před vyšetřením nekuřte, můžete pít malé množství tekutin (vodu, čaj). Pokud si vyžádáte léky s tlumivým účinkem, je třeba mít s sebou doprovod a neřídít auto, ani nevykonávat činnosti vyžadující plnou pozornost. Až po ukončení zákroku v nemocnici můžete začít jíst tuhou stravu.

Tuto příručku předává pacientovi výhradně ošetřující lékař. Je určena pro správné použití