

Подготовка к ЭГДС— важный этап, который помогает врачу получить точные результаты исследования и минимизировать риск неприятных ощущений. Вот несколько простых рекомендаций, которые помогут вам правильно подготовиться к этой процедуре:

1. За 1-2 дня до ЭГДС исключите из рациона:

- Жирную и жареную пищу;
- Острые приправы и копчености;
- Сладкие газированные напитки и алкоголь;
- Продукты, которые могут вызвать вздутие (бобовые, капуста, свежие фрукты).

Предпочтение отдавайте легким и легкоусвояемым блюдам, таким как каши на воде, нежирное мясо, овощные супы.

2. Ужин должен быть лёгким и не позднее, чем за 8-10 часов до процедуры. Например, можно поесть гречневую кашу или нежирный творог. На само исследование нужно приходить на голодный желудок.

3. За 2-4 часа до ЭГДС откажитесь от любых жидкостей, даже воды. Если процедура назначена на утро, лучше ничего не пить с самого пробуждения.

4. Если вы принимаете какие-то медикаменты на регулярной основе, уточните у врача, можно ли их принять перед процедурой. В большинстве случаев препараты, которые необходимо запивать водой, лучше отложить до завершения исследования. Если перенести прием лекарства невозможно, примите препарат за 3 часа до процедуры.

5. ЭГДС — не самая приятная процедура, но она длится всего несколько минут. Постарайтесь расслабиться, глубоко дышать и не переживать. Врач всегда подскажет, что делать в ходе исследования, чтобы минимизировать дискомфорт.

Следуя этим рекомендациям, вы сможете максимально комфортно перенести ЭГДС и получить точные результаты исследования.