**Правила подготовки к диагностическим исследованиям**

**УЗИ молочных желёз и гинекологии:** на 5 -7 день от начала месячных
**УЗИ брюшной полости и почек:** Исследование проводится строго натощак, за 2дня исключить из питания: овощи. фрукты. чёрный хлеб и молочно - кислые продукты, пить фестал или мезим-форте по 1 т. х 3р.д. до еды, уголь активированный по 2т. х 3р.д. после еды. Очистительная клизма на ночь накануне.
**УЗИ брюшной полости с пробным завтраком**: за 2дня исключить из питания: овощи. фрукты. чёрный хлеб и молочно - кислые продукты, пить фестал или мезим-форте по 1 т. х 3 р.д. до еды, уголь активированный по 2т. х 3р.д. после еды. Очистительная клизма на ночь накануне (с собой 100гр.сметаны не менее 20% жирности)
**ФГДС:** Исследование проводится строго натощак. Последний прием пищи накануне исследования не позднее 19.00. В день обследования прием жизненно важных препаратов не отменяется!!!
При себе иметь: амбулаторная карта, полотенце (для ФКС и УЗДГ сосудов нижних конечностей — простынь), для ЭХО-КГ и Тредмил-теста (ЭКГ, чистые носки и спортивные штаны), сменная обувь, результаты предыдущих исследований, талон или квитанция об оплате в кассе МСЧ №59.
**Подготовка на ФКС:** Исследование проводится строго натощак. В день обследования прием жизненно важных препаратов не отменяется!!! Накануне вечером пить с 18.00 «Фортранс» (2 пакетика на 2 литра воды). Утром следующего дня с 6.00 пить «Фортранс» (2 пакетика на 2 литра воды). В день исследования разрешен приём осветленных соков без мякоти, негазированной воды, зеленого чая.
**Диета за 2-3 дня до исследования:**
**Нельзя:**
- Мясо, рыба: жирные сорта мяса и рыбы, утка, гусь, копчености, колбасы, сосиски.
- Молочные продукты: йогурт, содержащий наполнители (фрукты, мюсли), пудинг, сливки, сметана, мороженное, жирный творог.
- Мучные изделия и крупы: все зерносодержащие продукты (цельное зерно, продукты с содержанием размельченных зерен, орехов, мака, кокосовой стружки и т.п.), черный хлеб, крупы (не включенные в перечень разрешенных), бобовые, горох, чечевица и др.
- Овощи и фрукты: все свежие и тушеные овощи и фрукты, капуста в любом виде (как свежая, так и прошедшая кулинарную обработку), изюм и ягоды, особенно с мелкими косточками, все разновидности зелени.
- Супы: щи и борщи из капусты, молочные супы, крем-супы, окрошка.
- Напитки: алкогольные напитки, квас, газированная вода, напитки из чернослива.
- Приправы и консервы: острые приправы (хрен, перец, горчица, лук, чеснок), а также все приправы (соусы) с зернами, травами, соленья, консервы, соленые и маринованные грибы, морские водоросли.
Не принимайте вазелиновое масло, активированный уголь и препараты, содержащие железо!
**Можно:**- Мясо: супы на нежирном мясном бульоне без овощей; различные, хорошо приготовленные блюда из нежирной говядины, телятины; куры в отварном виде, также в виде котлет, фрикаделек, суфле; яйцо.
- Рыба: блюда из трески, судака, окуня, щуки (нежирные сорта рыбы).
- Молочные продукты: продукты богатые кальцием (нежирный творог, сыры), натуральный йогурт (без добавок), нежирный кефир, не более 2-х стаканов обезжиренного молока.
- Мучные изделия и крупы: белый хлеб из обогащенной очищенной муки высшего сорта, сдоба, бисквит, баранки (бублики) - без мака, простые крекеры (без добавок), вермишель и лапша из муки высшего сорта, каши (рисовая, овсяная), белый (очищенный рис).
- Овощи, фрукты и напитки: овощные отвары, картофель (без кожуры), мусс ½ банана, персик, дыня, чай, некрепкий кофе, компоты, кисели и соки желательно прозрачные (без мякоти, сухофруктов, ягод и зерен).
- Сладкое: сахар, мед, желе, сироп.
- Жиры, соусы: сливочное и растительное масло, маргарин, майонез в ограниченных количествах.