**MANHÃ**

**ORIENTAÇÕES PARA DIETA E PREPARO PARA COLONOSCOPIA**

**DIETA**

**Não ingerir (estão proibidos):**

* Carne vermelha e embutidos (salsicha, salame, presunto);
* Verduras cruas e folhosos como alface, couve e brócolis;
* Frutas inteiras ou com casca;
* Leite e derivados (iogurte, queijo, requeijão, manteiga, margarina);
* Feijão, soja, grão de bico, lentilha, milho e ervilha;
* Cereais integrais e sementes cruas como linhaça, chia, aveia;
* Líquidos escuros ou vermelhos (suco de uva, morango, melancia, chás vermelhos ou escuros);
* Bebidas com resíduos (sucos com gomos, bagaços, sementes);
* Bebidas alcoólicas;
* Chimarrão;

|  |
| --- |
| **2 (dias) Dias Antes da Colonoscopia (Antevéspera):** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* **Café da manhã:** bolacha de água e sal, torradas, pão de forma (sem casca), com geléia e 01 xícara de chá ou café (sem leite), à vontade;
* **Almoço:** Alimentação leve. Sugestões: Arroz Branco, Filé de frango ou peixe sem pele, macarrão sem molho (Miojo), purê de batata, ovo cozido ou sopa leve (esmagado ou batido no liquidificador);
* **Sobremesa:** gelatina de cor clara (abacaxi, maracujá, laranja) à vontade.
* **Jantar** às 20:00h: sopa leve (esmagado ou batido no liquidificador) sem legumes e temperos, ou bolachas salgadas.
* **Importante: Ingerir 1-2 litros de líquidos claros sem resíduos durante o dia (café puro, água de coco, chás, refrescos claros artificiais, Gatorade de cor clara, Sucos de frutas coado (maça, laranja, limão).**
 |

|  |
| --- |
| **1 (um) Dia Antes da Colonoscopia (Véspera do Exame):** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* **Café da manhã:** bolachas de água e sal, torradas com geléia e 01 xícara de chá ou café (sem leite).
* **10 horas da manhã** tomar 02 comprimidos de **Bisacodil.**
* **Almoço:** Alimentação leve. Sugestões: Arroz Branco, Filé de Frango ou Peixe, macarrão sem molho (Miojo), purê de batata, ovo cozido ou sopa leve (esmagado ou batido no liquidificador);
* **Às14 horas** tomar mais 02 comprimidos de **Bisacodil.**
* **Sobremesa:** gelatina de cor clara (abacaxi, maracujá, tangerina, laranja) à vontade.
* **Jantar** às 18:00h: sopa leve (esmagado ou batido no liquidificador) sem temperos, ou bolachas de água e sal.
* **Às 19:00h**, diluir os 3 frascos de **Manitol** em 750 ml de limonada (sem açúcar) ou com água de coco. Misturar em uma jarra e tomar em goles pequenos até terminar. **Tomar 1 copo a cada 15 minutos**.
 |
|  |
| **No Dia da Colonoscopia: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_às \_\_\_\_\_\_\_\_\_hrs*** Às **6:00h**, tomar 1 comprimido de **Metoclopramida (Plasil)** e 2 comprimidos de **Simeticona** com um gole de água.
* APÓS PERMANECER EM JEJUM ABSOLUTO E VIR NO HORÁRIO MARCADO.

  |

**INFORMAÇÕES:**

O paciente durante a realização do exame receberá um sedativo, impossibilitando-o de dirigir durante o dia todo;

É obrigatório trazer acompanhante que deverá permanecer na clínica durante todo o tempo.

Recomendamos não adentrar a sala de exames portando valores e/ou bens pessoais, estes devem ficar com seu acompanhante e sob sua total responsabilidade.

**IMPORTANTE**:

* No dia do exame, NÃO tomar medicamentos para diabetes;
* SUSPENDER uso de AAS, anticoagulantes 07 (sete) dias antes do exame (pedir orientações para o médico que solicitou o exame);
* Caso tenha antecedentes alérgicos, e/ou faça uso de medicação contínua trazer relação dos medicamentos.

 Apresentar-se munido de:

* Pedido Médico ORIGINAL
* Documento de identificação pessoal;
* Carteirinha do convênio médico;
* Exames anteriores (Colonoscopia ou endoscopias).
* Qualquer dúvida, entrar em contato pelos telefones 3622 4858 (Consultório) e WhatsApp (49) 99171 4757.