

大腸内視鏡検査を受けられる患者さんへ 食事のアドバイス

検査前日から検査日の飲み物について

飲んでよいもの

- ・ 水
- ・ お茶
(緑茶、ウーロン茶、
麦茶、紅茶[砂糖、
ミルクを含まない])
など



飲んではいけないもの

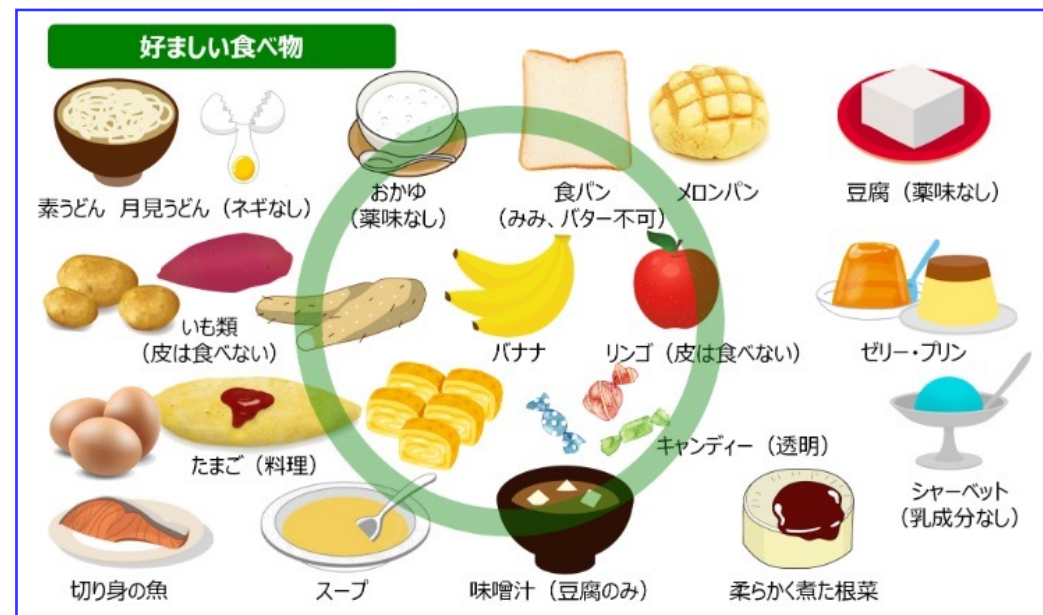
(水またはお茶以外のもの)

- ・ スポーツ飲料
- ・ コーヒー
- ・ ジュース類
- ・ アルコール類 など



検査の3日前から繊維の多いもの、消化の悪いものは避けて下さい。

空腹の場合は、準備表の時間に関係なく、水分をできるだけたくさん飲んで下さい。



※都合により、検査が受けられない場合はご連絡下さい。検査の日を変更できます。

中川外科胃腸科 肛門科 TEL : 082-262-2231

便が早くきれいになるポイント

○下剤の合間にお茶やお水を飲みましょう！



○定期的にトイレに座ってみる



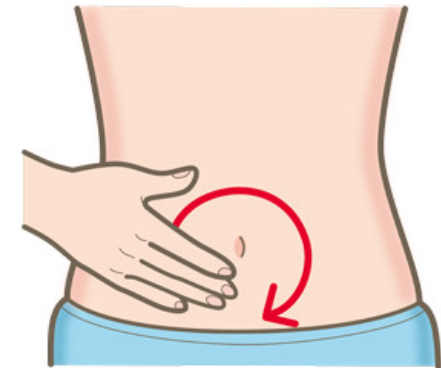
○適度に散歩をしましょう！



動かないと腸の動きも悪くなります



○お腹のマッサージも効果的



のの字マッサージ

※下剤や水が流れていかないと、お腹が張って気分が悪くなることがあります。
気分が悪くなったら服用を一旦中止し、軽い運動やお腹のマッサージをして、気分が回復してから服用を再開してください。（症状がひどい時は我慢せず看護師に申し出て下さい）