**Рекомендации по подготовке к Узи-исследованию**

 Пациенту желательно придерживаться диеты с целью подготовиться к исследованию органов брюшной полости за 3 суток. Если удается начать бесшлаковую диету раньше, это только улучшит результат и облегчит работу врача-диагноста.
Целью питания является снижение газообразования. Это первоочередные мероприятия, на втором месте стоит снижение количества шлаков, нормализация перистальтики и очищение кишечника с помощью медицинских средств.

Продукты, не рекомендованные к употреблению перед УЗИ:

1. любые бобовые культуры;
2. все газированные напитки;
3. черные сорта хлеба;
4. молочные продукты;
5. свежая выпечка, кондитерские изделия;
6. овощи и фрукты в сыром виде;
7. жирные сорта мясных и рыбных продуктов;
8. алкогольные напитки;
9. крепкие напитки, типа чая и кофе.

УЗИ органов брюшной полости проводится только натощак, поэтому последний прием пищи перед утренним исследованием должен быть вечером накануне. Если процедура назначена во второй половине дня, разрешается легкий завтрак из разрешенных блюд и продуктов.

Диетическое питание может состоять:

1. мясо нежирных сортов (говядина, телятина, перепелка, курица) в отварном виде;
2. рыба нежирная. Разрешается запекать, отваривать, готовить на пару;
3. яйца куриные, сваренные вкрутую. Можно одно яйцо в день;
4. из круп: перловая, овсяная и гречневая; в виде каш;
5. твердые сорта сыра, не жирные.

Помимо перечня продуктов больному даются рекомендации нормализовать режим приема пищи: дробно, мелкими порциями примерно каждые 3 часа. Еда не должна запиваться сразу, чтобы не нарушить ее переваривание и не способствовать образованию шлаков и газов. Из напитков диета допускает сладкий некрепкий чай и негазированную воду, которую пьют за час перед едой или спустя полчаса после приема пищи. Пациент соблюдает питьевой режим — не менее 1,5 литра воды в сутки. Остальные напитки (чай) не входят в этот объем.

Отличается подготовка детей разных возрастов.

1. Малышам до года достаточно пропустить одно кормление перед УЗИ органов брюшной полости, это примерно 3 часа до исследования. Пить запрещено за час до обследования.
2. Дети с года до трех могут перенести четырехчасовое голодание, а за час до УЗИ отказаться от питья.
3. Дети старше 3 лет голодают до УЗИ брюшной полости минимум от 6 до 8 часов. Употребление жидкости завершить за час до посещения кабинета УЗИ.

Использование препаратов для подготовки кишечника.

1. Подготовка невозможна без использования лекарств, снимающих симптомы метеоризма. Наиболее часто используемый препарат, который могут применять взрослые и дети, является «Эспумизан». В педиатрической практике разрешены «Боботик», «Инфакол», «Куплатон». Дозировки согласно возрасту, курс приема- 3 дня до начала исследования.
2. Если препараты, содержащие симетикон (перечислены выше), не дают полноценного эффекта, или к ним есть противопоказания, желательно применять сорбенты. Это «Смекта», активированный уголь, «белый уголь». Эти лекарства достаточно принять накануне вечером и еще раз до исследования за 3 часа. Активированный уголь принимать можно только взрослым.
3. Чтобы компоненты пищи переварились до конца и не вызвали процесса брожения с образованием газов, подготовка может быть дополнена назначением ферментных препаратов типа «Фестала» и «Мезима», но только для взрослых, если нет в анамнезе панкреатита.