

VASTAGBÉLTÜKRÖZÉS ELŐTTI TEENDŐK

CITRAFLEET NEVŰ HASHAJTÓ ALKALMAZÁSÁVAL

ÉTRENDI JAVASLAT A VIZSGÁLATOT MEGELŐZŐ 4 NAPBAN:

TILTOTT ÉTELEK: hús, nyers zöldség, gyümölcs, rost dús ételek, magvas kenyerek-péksütemények, apró magvas gyümölcsök, zöldségek

FOGYASZTHATÓ ÉTELEK: reggelire és vacsorára: tej, tejtermékek (joghurt, kefir, sajt, túró, tejföl, vaj/margarin), tojás, fehér kenyér/péksütemények, lekvárok (mag nélkül!), turmixok, gyümölcslé

ebédre: húsoleves (hús nélkül!), krémlevesek, tészták (sajtos, tejfölös, túrós, grízes, diós, de mákos NE!), rizs, burgonyapüré, rántott sajt, túrógombóc, madártej

A VIZSGÁLAT ELŐTTI NAP REGGEL EHET SZILÁRD ÉTELT UTOLJÁRA, UTÁNA CSAK FOLYADÉKOT FOGYASZTHAT! A VIZSGÁLAT KEZDETÉIG SZÜKSÉGES A BŐSÉGES FOLYADÉKFOGYASZTÁS!

Fogyasztható folyadékok: víz, tea (cukorral/mézzel, cukorbetegség esetén cukorral ÉS édesítőszerrel készítve), szűrt gyümölcslevek (alma, szőlő), szörpök. Húsoleves/zöldségleves SZŰRT leve. Kávé (kevés tejjel).

VASTAGBÉLTÜKRÖZÉS IDŐPONTJA: nap:, óra, perc:

ELSŐ ADAG HASHAJTÓ ELFOGYASZTÁSÁNAK IDŐPONTJA: nap:, óra:

1 pohár (2 dl) hideg vízben oldja fel 1 tasak tartalmát, kevergesse 2-3 percig, míg a pezsgés megszűnik, a por feloldódik, majd egyben fogyassza el. Utána **2 liter** folyadékot igyon meg **2-3 óra alatt**, elosztva, részletekben.

MÁSODIK ADAG HASHAJTÓ ELFOGYASZTÁSÁNAK IDŐPONTJA: nap:, óra:

A tasak tartalmának feloldása, elfogyasztása ugyanúgy történjen, mint az elsőnél, utána **2 liter** folyadékot kell elfogyasztani **2-3 óra alatt**.

FONTOS TEENDŐK EGYES ÁLLANDÓ GYÓGYSZEREK SZEDÉSÉVEL KAPCSOLATBAN:

- Szalicilsav vagy clopidogrel hatóanyagú készítmények (**ASA, ASTRIX, ASPIRIN, TROMBEX, CLOPIDOGREL**) szedése esetén: a vizsgálatot megelőzően nappal ezeket a szereket ne vegye be!
- Véralvadásgátlók (**SYNCUMAR, MARFARIN-WARFARIN, XARELTO, ELIQUIS, PRADAXA, LIXIANA**) szedése esetén teendők:

.....

.....

- Amennyiben Ön tablettával vagy inzulinnal kezelt cukorbeteg, akkor a vizsgálat előtt az alábbiak javasoltak:

.....

.....

.....