



### Инструкции касательно диеты и медикаментов при диабете для процедур колоноскопии\гибкой сигмоидоскопии

Нижеприведенная информация касается рекомендаций касательно диеты и медикаментов для наших пациентов с диабетом, проходящих процедуры эндоскопии. Позвоните нам, если у вас есть вопросы в отношении данных утверждений. В зависимости от вашей конкретной ситуации мы можем направить вас обратно к вашему врачу общей практики или эндокринологу для получения дальнейших инструкций.

**Для людей с диабетом любые процедуры, из-за которых нужно пропускать приемы пищи или изменять обычный образ питания, требуют специального планирования для безопасного поддержания уровня сахара в крови.**

- Запланируйте прием на утро, чтобы вы смогли после него поесть и принять свой медикамент во время, максимально близкое к привычному.
- Проверяйте свой уровень глюкозы в крови перед всеми приемами пищи и перед сном в день подготовки и в день проведения процедуры.
- Проверяйте свой уровень глюкозы в крови, если в какое-либо время у вас появятся симптомы низкого или очень высокого уровня глюкозы в крови.
- Если вы используете режим подготовки, рассчитанный на 2 или 3 дня, соблюдайте эти инструкции для каждого дня пребывания на диете с прозрачными жидкостями.

#### **ДИЕТА: выбор вариантов прозрачных жидкостей для питания в день перед колоноскопией:**

- постарайтесь употреблять **45 граммов углеводов во время принятия пищи и 15-30 граммов углеводов во время перекусов. Исключите все продукты КРАСНОГО или ФИОЛЕТОВОГО цвета либо те, которые содержат КРАСНЫЙ КРАСИТЕЛЬ в списке ингредиентов. Ищите ПРОЗРАЧНЫЕ, ЖЕЛТЫЕ, СИНИЕ или ЗЕЛЕННЫЕ ароматические и вкусовые добавки (например, лимон, лайм, яблоко, белый виноград, персик, банан, синяя малина, ОРАНЖЕВОГО).**
- Очень важно получение достаточного количества белка. Ищите прозрачные белковые напитки, такие как Atkins Lift Protein Drinks, Ensure Active Clear, and Boost Breeze, купить которые можно во многих продуктовых магазинах и аптеках, или по интернету. ПРИМЕЧАНИЕ: Если вы смогли найти только красный или фиолетовый варианты, вы можете пить ограниченное количество, не более двух бутылок или контейнеров в течении 24 часов, предпочтительно разбавив с другими чистыми жидкостями, такими как содовая, Sprite / 7-Up, газированная вода и т.д.

<b>Продукт питания:</b>	<b>Граммов углеводов</b>
Напиток Ensure <b>Clear</b> (прозрачный) – персик (120 мл (4 унции))	18
Напиток Boost Breeze* (прозрачный) – не красный (120 мл (4 унции))	27
Прозрачный яблочный сок (не сидр) (120 мл (4 унции))	15
Сок белого винограда (120 мл (4 унции))	20
Спортивные напитки, например, Gatorade	14
Желе (Jell-O), с обычным количеством сахара (1/2 стакана)	15
Фруктовое мороженое или фруктовый лед (см. этикетку)	15
Мягкое мороженое – не шербет (см. этикетку)	30

Кокосовая вода (8 унций)	11
Сахар (для кофе или чая) (1 чайная ложка или пакетик)	4
Atkins Lift Protein Drinks	0
Обезжиренный мясной отвар, бульон или консоме	0
Прозрачный газированный напиток с сахарозаменителем	0
Кофе	0
Чай без сахара или с сахарозаменителем	0
Сельтерская вода	0
Ароматизированная вода	0

\* Могут отсутствовать в местных магазинах, но доступны для приобретения в Интернете. Обратитесь в местные аптеки.

### **ОБРАЗЕЦ МЕНЮ**

**Исключите продукты красного цвета или (вишневыми, ягодными или виноградными вкусовыми добавками). Перекусите в течении дня и пейте много воды.**

<b>Завтрак:</b>	<b>Обед:</b>	<b>Ужин:</b>
Яблочный сок или сок белого винограда (1 стакан) Желе с обычным количеством сахара (1 стакан) Чай с лимоном	Мясной бульон Мягкое мороженое (1/2 стакана) Чай с лимоном Желе с обычным количеством сахара (1/2 стакана)	Мясной бульон Яблочный сок или сок белого винограда (1 стакан) Чай с лимоном Желе с обычным количеством сахара (1/2 стакана)

### **РЕГУЛИРОВКА ВАШЕГО ЛЕКАРСТВА ОТ ДИАБЕТА::**

- Следуйте этим инструкциям от начала диеты из прозрачной жидкости и до вашей процедуры.
- Не компенсируйте и не удваивайте какие-либо пропущенные медикаменты после процедуры.

### **ДЕНЬ ПЕРЕД ПРОЦЕДУРОЙ (день подготовки)**

<b>Если вы принимаете:</b>	<b>Утро</b>	<b>Обед/ужин</b>	<b>На ночь</b>
Актос (пиоглитазон), Актоплюс Мет (пиоглитазон и метформин), Авандия, Авандамет, Баета, Форксига, Глюкофаж (метформин), Инвокана, Джанувия, Джанумет, Несина, Онглиза, Траджента	Примите свою обычную дозу	Примите свою обычную дозу	
Амарил (глимепирид), Авандарил, ДиаБета, Глиназ, Микроназ (глибурид), Дуетакт (пиоглитазон и глимепирид), Глюкотрол, Глюкотрол XL (глипизид), Глюкованс (глибурид и метформин), Джардианс, Метаглип (глипизид и метформин HCl), Прандин (репаглинид), Старликс (натеглизид), Виктоза	Не принимайте	Не принимайте	Не принимайте

Если вы принимаете:	Утро	Обед/ужин	На ночь
Лантус Левемир	Примите свою обычную дозу		Примите свою обычную дозу
Хумалог, Новолог, обычный инсулин или инсулин НПХ  Если вы используете дозу инсулина в зависимости от уровня гипергликемии, можете продолжать использовать эту схему.	Примите ½ от обычной дозы, если используете фиксированную дозу – ИЛИ – компенсируйте съеденные углеводы в соответствии с обычной схемой	Примите ½ от обычной дозы, если используете фиксированную дозу – ИЛИ – компенсируйте съеденные углеводы в соответствии с обычной схемой	
Предварительно смешанный инсулин 75/25, Новолин 70/30 или Новолог Микс 70/30	Примите ½ обычной дозы за завтраком	Примите ½ обычной дозы за ужином	
Инсулиннезависимый инъекции: Bydureon (exenatide), Tanzeum (albiglutide), Trulicity (dulaglutide)	Примите только если еженедельная доза обусловлена в течение этого времени.		

**ДЕНЬ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЦЕДУРЫ:**

Если вы принимаете:	Утро
Актос (пиоглитазон), Актоплюс Мет (пиоглитазон и метформин), Авандия, Авандамет, Баета, Форксига, Глюкофаж (метформин), Инвокана, Джанувия, Джанумет, Несина, Онглиза, Траджента	Примите свою обычную дозу
Амарил (глимепирид), Авандарил, ДиаБета, Глиаз, Микроназ (глибурид), Дуетакт (пиоглитазон и глимепирид), Глюкотрол, Глюкотрол XL (глипизид), Глюкованс (глибурид и метформин), Джардианс, Метаглип (глипизид и метформин HCl), Прандин (репаглинид), Старликс (натеглизид), Виктоза	Не принимайте
Лантус, Левемир	Примите ½ обычной дозы
Хумалог, Новолог, обычный инсулин или инсулин НПХ. Если вы используете дозу инсулина в зависимости от уровня гипергликемии, вы можете продолжать использовать эту схему.	Не принимайте
Предварительно смешанный инсулин 75/25, Новолин 70/30 или Новолог Микс 70/30	Не принимайте
Инсулиннезависимый инъекции: Bydureon (exenatide), Tanzeum (albiglutide), Trulicity (dulaglutide)	Примите только если еженедельная доза обусловлена в течение этого времени.