

清流质饮食

清流质极易被消化，不会在肠道中留下未消化的残渣。这也是检查前必须遵循清流质饮食的原因。错误饮食可能会影响制剂结果，也会影响能否查看患者肠道。

清流质不含固体食物或果肉。当碗或玻璃等容器盛放清流质时，通过该物质观察容器清晰可见。黑咖啡/茶以及诸如可乐之类的苏打水，虽然不“清”，但却属于清流质饮食。

<p><u>不适宜项</u></p> <p>固体食物</p> <p>骨汤</p> <p>乳品/牛奶</p> <p>红色或紫色物质</p> <p>酒精</p>	<p><u>适宜项</u></p> <p>高蛋白膳食选择</p> <ul style="list-style-type: none"> • 蔬菜、鸡肉或牛肉清汤/肉煮清汤。 • 澄清蛋白饮品（如果您无法找到 Premier Protein 等饮品且无法确定当地商店是否有售，请线上查找） <p>其他选择</p> <ul style="list-style-type: none"> • 风味明胶/ Jell-O（不含水果）和软糖熊 • 澄清运动饮料（Gatorade、Powerade、Propel 等） • 澄清果汁（如苹果或白葡萄） • 咖啡或茶（不含奶油或牛奶） • 水（白开水、苏打水、起泡水或口味水） • 椰子水（不含果肉或与不透明果汁的混合物） • 软饮料（苏打水/汽水） • Crystal Light • 意大利冰、普通冰棒/冰棒（不含果泥或纤维、不含果子露或冰淇淋） • 硬糖果、棒棒糖、薄荷止咳糖（提示：饮用两杯制备液期间食用会有帮助！）
<p><u>提示：</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 准备检查时，患者需要饮用大量液体。 • 购买多种饮品，以便患者可以有多种饮用选择。 • 需要整日频繁饮用以免过于饥饿。 • 饮用高蛋白的饮品选择尤为重要。（请参考“适宜项”中的高蛋白选项） • 患者需要卡路里，所以含糖饮品选择至关重要重要，即使是糖尿病患者亦是如此。 <p><u>如果患者正在进行结肠镜检查：</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 从患者开始饮用制剂到离家接受检查期间，患者应做好居家安排。 • 请做好发生紧急水样便的准备。 	