

맑은 액체 식이요법

맑은 액체는 쉽게 소화하고 장관에 소화되지 않은 잔류물을 남기지 않습니다. 그렇기 때문에 시술 전에 맑은 액체 식이요법을 따라야 합니다. 식이요법을 올바르게 따르지 않을 경우 준비 결과와 장관 시야에 영향을 줄 수 있습니다.

맑은 액체에는 고형물이나 과육이 들어 있지 않습니다. 그릇이나 유리나 같은 용기에 맑은 액체가 들어 있는 경우, 액체를 통해 용기를 확인할 수 있습니다. "투명"하지는 않지만, 홍차/차와 콜라 같은 탄산음료는 맑은 액체 식이요법으로도 괜찮습니다.

<u>허용되지 않은 품목</u>	<u>허용되는 품목</u>
고형식품 뼈 육수 유제품/우유 빨간색 또는 보라색 색상이 있는 모든 것 알코올	<u>고단백 옵션</u> • 맑은 야채, 닭고기 또는 소고기 국물/육수 • 맑은 단백질 음료(귀하의 거주지 매장에서 Premier Protein Clear 및 Ensure Clear 등과 같은 음료 옵션을 찾을 수 없는 경우 온라인에서 확인해 주십시오.) <u>기타 옵션</u> • 향미 젤라틴/푸딩젤리(과일 제외) • 맑은 스포츠 음료(Gatorade, Powerade, Propel 등) • 맑은 주스(예: 사과 또는 백포도) • 커피 또는 차(크림이나 우유 제외) • 물(일반, 탄산수, 스파클링 또는 향미 첨가) • 코코넛 워터(과육 또는 맑지 않은 주스와의 혼합물 미함유) • 청량음료(소다/탄산음료) • Crystal Light • 이탈리아 아이스, 플레인 팝시클 탄산수(푸레 과일이나 섬유질 미함유, 셔벗 또는 젤라토 미함유) • 딱딱한 사탕, 롤리팝, 멘톨 기침 진정 알약(팁: 검사용 준비용액을 먹기 전 사용하면 도움이 됩니다!)
<u>팁:</u> • 시술을 준비하는 동안 수분을 다량 섭취해야 합니다. • 여러 가지 옵션을 구매하시면 다양한 선택을 할 수 있습니다. • 공복 상태가 되지 않도록 하루에 걸쳐 자주 마십니다. • 맑은 단백질 음료가 있으면 금식에 더 잘 견딜 수 있고 혈당을 조절하는 데 도움이 될 수 있습니다. 빨간색 또는 보라색 음료는 피하십시오. • 칼로리가 필요하므로 당뇨병 환자에게도 무설탕이 아닌 선택지가 있는 것이 중요합니다. <u>대장내시경을 받는 경우:</u> • 검사용 준비용액을 마신 시점부터 시술하기 위해 나설 때까지 집에서의 계획을 세웁니다. • 갑작스런 물변에 대비하십시오.	