

Chế Độ Ăn Chất Lỏng Trong Suốt

Chất lỏng trong suốt dễ tiêu hóa và không để lại cặn chưa tiêu hóa trong đường ruột. Đây là lý do tại sao phải tuân thủ chế độ ăn chất lỏng trong suốt trước khi thực hiện thủ thuật. Không tuân theo chế độ ăn đúng cách có thể ảnh hưởng đến kết quả chuẩn bị và khả năng quan sát đường ruột của quý vị.

Chất lỏng trong suốt không chứa chất rắn hoặc cặn. Khi chất lỏng trong suốt được đặt trong một vật chứa như bát hoặc ly, quý vị có thể nhìn thấy vật chứa đó qua chất lỏng. Mặc dù không "trong suốt", cà phê đen/trà và đồ uống có gas như Coke vẫn phù hợp với chế độ ăn lỏng trong suốt.

<u>Những Thực Phẩm KHÔNG Được Sử Dụng</u> THỰC PHẨM RẮN NƯỚC DÙNG TỪ XƯƠNG SỮA/CHẾ PHẨM TỪ SỮA NHỮNG THỰC PHẨM CÓ MÀU ĐỎ HOẶC TÍM RƯỢU	<u>Những Thực Phẩm Được Sử Dụng</u> Những Thực Phẩm Nhiều Protein - Nước dùng từ rau, thịt gà hoặc thịt bò trong suốt. - Đồ uống protein trong suốt (Nếu quý vị không thể tìm thấy các sản phẩm như Premier Protein Clear và Ensure Clear tại cửa hàng địa phương, hãy kiểm tra trực tuyến) Thực Phẩm Khác - Gelatin có hương vị/Jell-O (không có hoa quả) - Đồ uống thể thao trong suốt (Gatorade, Powerade, Propel, v.v.) - Nước ép trong suốt (chẳng hạn như táo hoặc nho trắng) - Cà phê hoặc trà (không có kem hoặc sữa) - Nước (nước trắng, nước seltzer, sủi bọt hoặc có hương vị) - Nước dừa (không có cùi hoặc hỗn hợp với nước ép không trong) - Nước giải khát (nước ngọt/nước ngọt có gas) - Crystal Light - Kem Ý, kem que/kem đá (không có hoa quả xay nhuyễn hoặc chất xơ, không phải kem trái cây đông lạnh hoặc kem gelato) - Kẹo cứng, kẹo mút, kẹo ho bạc hà (Lời khuyên: những loại kẹo này rất hữu ích khi dùng giữa các ly thuốc nhuận tràng!)
<u>Lời khuyên:</u> - Quý vị cần uống thật nhiều nước trong khi chuẩn bị thực hiện thủ thuật. - Mua nhiều loại khác nhau để quý vị có nhiều sự lựa chọn. - Uống thường xuyên trong suốt cả ngày để tránh cảm giác đói. - Nếu quý vị tìm được đồ uống protein <u>trong suốt</u>, những đồ uống này có thể làm cho việc nhin ăn dễ chịu hơn và giúp kiểm soát lượng đường trong máu. TRÁNH đồ uống có màu đỏ hoặc tím. - Quý vị cần calo, vì vậy nạp một số thực phẩm có đường vẫn rất quan trọng, kể cả với bệnh nhân tiểu đường. <u>Nếu quý vị sắp thực hiện nội soi đại tràng:</u> - Lên kế hoạch ở nhà từ lúc quý vị bắt đầu uống thuốc nhuận tràng cho đến khi quý vị đến nơi thực hiện thủ thuật. - Hãy chuẩn bị tinh thần cho tình trạng đi ngoài phân lỏng khẩn cấp.	