ESAME AL MATTINO
(prima delle ore 14.00)

Da 2 giorni prima dell'esame ricorda di **bere almeno 1 l d'acqua naturale al giorno** oltre a quella di accompagnamento ai pasti per mantenere una adeguata idratazione

Puoi assumere la preparazione in modalità "split", ossia la ***prima dose*** (che può corrispondere a ½ o ¾ della preparazione) **il pomeriggio precedente la colonscopia**, la ***seconda dose*** (che può corrispondere a ½ o ¼ della preparazione) **il mattino della procedura**. L'assunzione split migliora la qualità della preparazione e aumenta la tollerabilità dell'assunzione stessa

Da quando si inizia la preparazione è vietato assumere liquidi gassati o alcolici. È possibile e consigliato invece **assumere liquidi chiari non gassati e non alcolici**. Con liquidi chiari si intendono liquidi attraverso cui è possibile leggere. Sono liquidi chiari: tè, camomilla. Non sono liquidi chiari: latte, caffè, succo d'arancia.

Termina la preparazione almeno 3-5 ore dall'ora prevista per la colonscopia

Il giorno prima dell'esame termina la cena entro le 19 e in seguito comincia la preparazione

Il giorno precedente evita gli alimenti ricchi di fibre (frutta, verdura, legumi, cibi integrali, crusca, semi, zuppe di verdura, zuppe di cereali) e in generale mantieni una dieta leggera

Nelle **due ore precedenti l'esame** è necessario osservare il **digiuno completo** (anche dai liquidi)

Fatti accompagnare per poter eseguire la procedura con la sedazione

DISCLAIMER: *Il presente documento è previsto esclusivamente per dare indicazioni generiche sulle buone pratiche di preparazione alla colonscopia, si raccomanda di attenersi scrupolosamente alle indicazioni fornite dal centro dove si svolgerà l'esame e alle istruzioni del proprio medico.*