

大腸内視鏡検査前日のお食事について

正確な診断のために、検査の前日は大腸の中をきれいにしておくことが大切です。



そのために残さ(残りかす)の少ないお食事にする必要があります。



作り方

- ・ 繊維の多い硬い食品、油の多い食品は消化に時間がかかるため避けましょう
- ・ 野菜は食べないか、または少量にします
- ・ 煮る・蒸す・茹でるなどの調理法が向いています

| 望ましい食品 | |
|--------|--|
| 主食 | お粥・柔らかいごはん うどん・冷や麦・そうめん 食パン・ロールパン   |
| いも | じゃがいも・里芋・やまいも お麩 |
| 果物 | バナナ・りんご・もも   果物缶詰・メロン・すいか・ぶどう ★種は食べないようにしましょう |
| 魚 | 魚(たら・かれい・あこう鯛など白身魚) はんぺん  |
| 卵 | 卵豆腐 茶碗蒸し  |
| 豆腐 | 豆腐  |
| 牛乳 | 牛乳・ヨーグルト  乳酸菌飲料 |
| 油 | マヨネーズ・植物油・バター・マーガリン ★ごく少量にしましょう  |
| おやつ | カステラ・卵ボーロ・蒸しパン・ビスケット プリン・ゼラチンゼリー  飴・ジュース(粒のっていないもの) |

| | |
|----|---|
| 野菜 | 大根・かぶ・トマト・なす  キャベツ・白菜・ほうれん草 ブロッコリー・人参  かぼちゃ・玉ねぎ ★葉物は葉先を使用しましょう ★皮をむき、やわらかく調理して |
|----|---|