



# Esame al mattino - (Prima delle ore 14:00)

Scopri come prepararti al meglio



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'orario previsto 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