

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
----	---