**Общие рекомендации по подготовке к УЗИ брюшной полости**

* Ультразвуковое исследование брюшной полости должно проводиться только на голодный желудок, если оно назначено на первую половину дня. Если же оно планируется на 15 часов дня или позже, можно позволить себе легкий завтрак не позже 9-10 часов, но после этого прием пищи запрещен.
* Непосредственно перед исследованием, примерно за 1-2 часа нежелательно курить или жевать жвачку, поскольку это может вызвать спазм гладкой мускулатуры и исказить картину.
* Особая подготовка к УЗИ брюшной полости требуется людям, склонным к избыточному газообразованию. Им рекомендуют за 2-3 дня до планируемого исследования придерживаться бесшлаковой диеты, а также принимать активированный уголь или другие сорбенты.
* Людям, склонным к запорам, также требуется особая подготовка. Им рекомендуется за день до исследования принять мягкое растительное слабительное.
* Если во время исследования больной принимает какие-то препараты, то отменять их не следует, но врача об них необходимо предупредить.
* Если ранее вы проходили УЗИ, то следует взять с собой его протокол, поскольку это поможет врачу провести исследование более эффективно.

Диета перед УЗИ брюшной полости

Для того чтобы снизить избыточное газообразование, в рамках подготовки к УЗИ брюшной полости необходимо придерживаться определенной диеты, в частности, отказаться от таких продуктов:

* Цельное молоко.
* Свежий, особенно, черный хлеб.
* Свежие овощи и фрукты.
* Острые, копченые, маринованные продукты.
* Крепкий чай и кофе.
* Любые алкогольные напитки.
* Свежая выпечка, печенье, сладости.
* Бобовые продукты.

За несколько дней до планируемого УЗИ брюшной полости основу рациона должны составлять следующие продукты:

* Крупы и каши.
* Нежирные сорта птицы и мяса.
* Бездрожжевой или вчерашний хлеб.
* Отварные, парные или запеченные овощи.
* Кисломолочные продукты.

Такая диета поможет снизить газообразование и подготовить кишечник к исследованию, а значит, полученные результаты будут более адекватными.