



KOLONOSKOPIA-DIABETIKOAK EZ DIRENEN PRESTAKETA (MOVIPREP®)

**PROBA BAINO 3 EGUN LEHENAGO HASI BEHARREKO DIETA:
LERRO BAKOITZEKO ELIKAGAI BAT AUKERATU BEHAR DUZU, BAT BERA ERE EZ INTEGRALA**

GOSARIA (HAUTATU AUKERETAKO BAT)

- OGI ZURIA **EDO** OGI TXIGORTUA, biskote motakoa **EDO** GALLETAK, Maria motako arruntak **EDO** ZUNTZIK GABEKO ZEREALAK.
- URDAIAZPIKO EGOSI estra **EDO** INDIOILARRA, urdaiazpikoa edo paparra **EDO** GAZTA FRESKOA.
- EDALONTZI 1 ESNE **GAINGABETU** **EDO** JOGURT GAINGABETUAK. Kafea, tea edo bestelako INFUSIOAK nahi beste har ditzakezu.

HAMAIKETAKOA

- EDALONTZI 1 ESNE GAINGABETU **EDO** JOGURT GAINGABETUA. Kafea, tea edo beste infusio batzuk har ditzakezu.

BAZKARIA

- ARROZ zuri egosia **EDO** PASTA zuria, espagetiak, lumak **EDO** PATATA egosia.
- OILASKOA PLANTXAN **EDO** UNTXIA PLANTXAN **EDO** TXAHAL HARAGIA **EDO** ARRAIN ZURIA **EDO** ARRAUTZAK (tortillan, egosita edo eskalfatuta).
- GAZTA FRESKOA **EDO** JOGURT NATURAL GAINGABETU 1.

ASKARIA

- OGI ZURI **EDO** OGI TXIGORTUA, biskote motakoa **EDO** GALLETAK, Maria motakoak **EDO** ZUNTZIK GABEKO ZEREALAK.
- URDAIAZPIKO EGOSI estra **EDO** INDIOILARRA, urdaiazpikoa edo paparra **EDO** GAZTA FRESKOA.
- Kafea, tea edo bestelako INFUSIOAK nahi beste har ditzakezu.

AFARIA

- ARROZ zuri egosia **EDO** PASTA zuria, espagetiak, lumak **EDO** PATATA egosia.
- OILASKOA PLANTXAN **EDO** UNTXIA PLANTXAN **EDO** TXAHAL HARAGIA **EDO** ARRAIN ZURIA **EDO** ARRAUTZAK (tortillan, egosita edo eskalfatuta).
- GAZTA FRESKOA **EDO** JOGURT NATURAL GAINGABETU 1

****Elikagaiak nola prestatu: PLANTXAN, LURRUNETAN, LABEAN EDO EGOSITA. Ez duzu lapikokorik ez arrautza-irinetan pasatutako elikagairik jango.**



DIABETIKOAK EZ DIRENEK MOVIPREP® NOLA HARTU BEHAR DUTEN KOLONOSKOPIA GOIZEAN EGIN BEHAR BADUTE (15:00AK BAINO LEHEN)

PRESTAKINA HARTZEN HASIKO DA aurreko eguneko iluntzeko 20:00etan eta ezin izango du AFALDU. 2.zorrotzkoa hartuko du jarraian adieraziko den moduan.

- Probaren aurreko eguneko **20:00etan**, nahastu A zorrotxo bateko eta B zorrotxo bateko edukia litro bat uretan, eragin hautsa disolbatuta egon arte, eta edan 1-2 orduko epean. Horrez gain, edan litro erdi baimendutako likido argi (URA, AZUKREDUN INFUSIOAK ETA KOLORE GABEKO EDARI ISOTONIKOAK). **EZIN DEZAKEZU EDAN EDARI ALKOHOLDUNIK, ZUKURIK EDO ESNEA DUEN EDARIRIK.**
- Proba baino **4 ordu** lehenago, nahastu beste bi zorrotxo, A eta B, litro bat uretan. Jarraian, edan prestakin hau, baimendutako likidoen litro erdi gehiagorekin, gutxienez.
- Miaketa aurreko **2 orduetan**: Ezingo duzu elikagai solidorik ez likidorik hartu (ezta urik ere).

DIABETIKOAK EZ DIRENEK MOVIPREP® NOLA HARTU BEHAR DUTEN KOLONOSKOPIA ARRATSALDEZ EGIN BEHAR BADUTE (15:00AK ETA GERO)

Kolonoskopia egin aurreko egunean AFALDU AHAL izango du. 1go prestakinaren zorrotzkoa proba egun bereko goizeko 7:00etan hartuko du, eta 2. Berriz, jarraian adieraziko den moduan.

- Probaren eguneko **07:00etan**, nahastu A zorrotxo bateko eta B zorrotxo bateko edukia litro bat uretan, eragin hautsa disolbatuta egon arte, eta edan 1-2 orduko epean. Horrez gain, edan litro erdi baimendutako likido argi.
(URA, AZUKREDUN INFUSIOAK ETA KOLORE GABEKO EDARI ISOTONIKOAK). **EZIN DEZAKEZU EDAN EDARI ALKOHOLDUNIK, ZUKURIK EDO ESNEA DUEN EDARIRIK.**
- Proba baino **4 ordu lehenago**, nahastu beste bi zorrotxo, A eta B, litro bat uretan. Jarraian, edan prestakin hau, lehen aipatu ditugun baimendutako likidoen litro erdi gehiagorekin, gutxienez.
- Miaketa aurreko **2 orduetan**: Ezingo duzu elikagai solidorik ez likidorik hartu (ezta urik ere).