

前日のお食事について

胃腸の負担を減らすため、大腸検査前日の朝食・昼食・夕食は、消化の良いもの（胃や腸にやさしい食べもの）を選ぶようにしましょう。そして、腸内に便を残さないようにします。

安全で確実な検査を受けることができるよう、食事内容の調整をお願いいたします。

- 朝食・昼食・夕食は、下記を参考に、いずれも量を減らしてください（腹8分目）
- 夕食は早め（夜7時頃まで）に済ませてください
- 夕食以降、コーヒー・紅茶は禁止です（色の濃い飲みものは、便汁に反映し検査の妨げとなります）

OK

食べもの ～消化の良い食品～

【主食】

- トースト（少量ならバターやハチミツはOK）、卵サンド（マヨネーズ少なめ）
- かけうどん、かけそば
- 白米（やわらかめ、もしくはおかゆ）

【肉、魚、その他】

- 鶏肉（少量の油でチキンソテー、衣薄めで鳥の唐揚げ、煮物）
- 白身魚（焼き魚、煮魚、少量の油でムニエル）
- 豆腐（湯豆腐、冷奴、豆腐ハンバーグ、卵豆腐）
- 卵（生卵、ゆで卵、卵焼き、卵豆腐等）
- コンソメスープ（具なし）、豆腐や麩の味噌汁（味噌の豆粒ないもの）
- カロリーメイト

飲みもの

お水、お茶、ウーロン茶、スポーツドリンク、ウィダーインゼリー



NG

食べもの ～胃腸に負担のかかる食品～

- 食物繊維が多いもの
野菜（ゴボウ、キャベツ、レタス、ネギ等）、果物、こんにゃく、きのこ類
- 油分・脂肪分が多いもの、乳製品
脂身の多い肉や魚、ラーメン、パスタ、チーズ等
- 海藻類 特に歯ごたえのあるもの（ワカメや昆布）
- 豆類（味噌は、こして粒が残らないようにする場合はOK）
- ゴマ、ナッツ

飲みもの

アルコール類、牛乳、乳製品の飲みもの、果汁ジュース

