**Зачем нужна подготовка**

При обследовании брюшной полости при помощи УЗИ главным затруднением является ослабление видимости из-за присутствия газов в кишечнике. Пузырьки газа мешают беспрепятственному прохождению ультразвуковых волн к обследуемым участкам, искажают видимость, поэтому подготовка направлена на снижение метеоризма, и, как следствие, наибольшей достоверности данных об особенностях анатомии и физиологии пациента.

По этим обстоятельствам период подготовки является крайне важным. Следует быть внимательным не только к алгоритму, но и к срокам.

**Сколько занимает подготовка**

Рекомендовано начинать подготовительные мероприятия за 3 дня до обследования, за это время у взрослых людей ожидается достижение минимального уровня газообразования.

Но для отдельных категорий пациентов сроки могут быть сокращены, например, у маленьких детей. Это обусловлено тем, что метаболизм в раннем возрасте протекает в более высоком темпе, поэтому газ выводится интенсивнее.

**В чём заключается подготовка**

Для предупреждения повышенного газообразования и вздутия пациенту следует придерживаться особого рациона, исключающие продукты, вызывающие брожение. Кроме этого, обращают внимание на периодичность приема пищи и соблюдение режима питья.

Главные принципы подготовительного периода заключаются в следующем:

* интервалы между приемами пищи во время бодрствования не превышают 4 ч.;
* порции сокращены до размера сжатого кулака пациента;
* за час перед и после еды допустим стакан воды или чая, желательно без сахара;
* за 5-6 ч. до УЗИ приемы пищи прекращаются (поэтому процедуру чаще планируют на утро);
* ежедневное потребление жидкости включает не менее 1,5 л. для взрослого человека (чай и вода);
* накануне процедуры принимают адсорбент в дозировке, рассчитанной на вес человека (активированный уголь, «Смекта», «Энтеросгель», «Полисорб» и пр.);
* приём лекарственных препаратов исключается (в случае, если лекарство является обязательным, то индивидуально обсуждается с лечащим врачом и диагностом).

При проведении исследования после 16:00 допускается легкий завтрак, но не позднее 8:00 утра. В день исследования желательно не курить.

Людям, страдающим запорами, нужно дома накануне процедуры провести очищение кишечника с помощью клизмы.

**В зависимости от цели**

Подготовка немного отличается и в зависимости от того, на какие органы будет обращено внимание первоначально, какая методика будет использована:

* почки и мочевой пузырь – за час до начала прием 1,5 л. жидкости;
* органы малого таза – за час до начала прием 0,5 л. жидкости.

Об этом обязательно скажет врач, направляющий пациента на УЗИ брюшных органов.

**Рацион**

Большое значение имеет и то, какие пищевые продукты употребляет пациент в подготовительном периоде. Есть продукты, которые разрешены, и те, которые важно избегать.

К разрешённым продуктам относят:

* нежирные сорта птицы и рыбы;
* говядину;
* злаковые каши;
* запечённые яблоки;
* одно отварное куриное яйцо или четыре перепелиных;
* обезжиренные сорта твёрдого натурального сыра.

Предпочтительно их употреблять в отваренном виде или приготовленными на пару.

Какие продукты следует исключить:

* бобовые;
* хлебобулочные изделия;
* растительную пищу в сыром виде;
* капусту;
* молочные и кисломолочные;
* газированные напитки;
* спиртные и слабоалкогольные напитки;
* кофе и кофеиносодержащие напитки и коктейли;
* сладкие десерты.

Также запрещено использование жевательной резинки, способствующей усилению перистальтики, и применение освежающих спреев для полости рта.

**Что взять с собой**

На УЗИ брюшной полости нужно принести направление и медицинскую карту, с которыми ознакомится врач. Если подобные обследования брюшной полости проводились ранее, то эти заключения тоже нужно показать диагносту. На основании полных данных он сможет оценить динамику и все произошедшие изменения за истёкший период.

Также нужно принести простынь и полотенце, за исключением случаев, когда процедура проводится в платных клиниках, где выдадут одноразовые пелёнки и бумажные полотенца.

Пациентам, которым обследуют жёлчный пузырь, следует подготовить желчегонный перекус, например, плитку натурального чёрного шоколада, сладкий чай или спелый банан. Людям, которым назначена нагрузка с водно-сифонной пробой, нужно захватить воду с коктейльной трубочкой.