大腸内視鏡検査　前日の食事のご案内

① 大腸内視鏡専用の検査食

精度の高い大腸内視鏡検査を行うために、最も重要なのが前日の食事です。

消化の悪いものを摂取すると、検査用の下剤を服用しても、便だけでなく食べたものがそのまま大腸の中に残ってしまいます。大腸に便や食物が多く残ると、検査に時間がかかるだけでなく、小さい病変などを発見できないことがあります。

当クリニックでは、できるだけ精度の高い大腸内視鏡検査を行うため、検査前日には大腸内視鏡専用の検査食を食べていただくようご協力をお願いしています。

メニューが異なる2種類のセットを用意していますので、お好みに合わせてお選びください。
価格はどちらも **3食入り1,200円** (税込) です。※セット内容・価格は予告なく変更になる場合があります。





Aセット
朝食： 鶏とたまごの雑炊
昼食： 肉じゃが・鮭がゆ
夕食： チキンクリームシチュー・クラッカー

Bセット
朝食： 鶏とたまごの雑炊
昼食： じゃがいものそぼろあんかけ・たまごがゆ
夕食： ビーフシチュー・クラッカー

ご自分で調理されてもかまいませんが、食材の用意やほかのご家族とは別メニューになるなど少し手間がかかります。

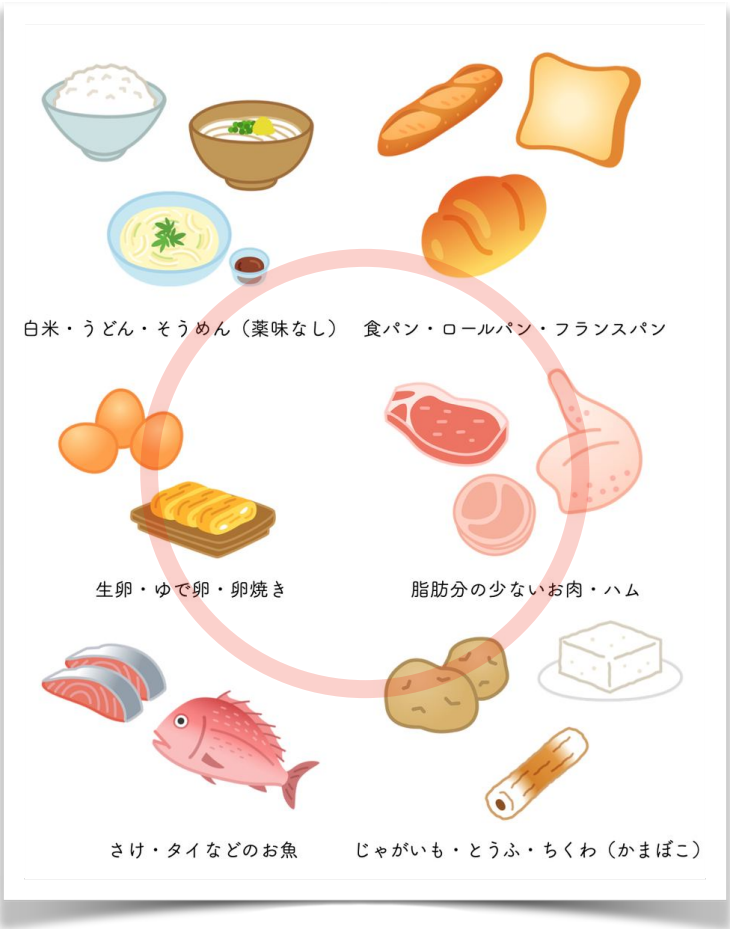
大腸内視鏡専用の検査食は、温めるだけの簡単調理で時間もかかりません。
検査前日の食事には、できるだけ検査食をご利用ください。
便秘が気になる方は、検査2日前から検査食を食べてもよいでしょう。

大腸内視鏡検査　前日の食事のご案内

②ご自分で調理する場合の注意点

①白米、脂肪分の少ない肉、魚はふだん食べる量を食べてOKです。
②食物繊維の多い野菜や果物の皮、種、ごま、キノコ、海藻、こんにゃくは絶対禁止です。
③スイカの種は特に残りやすいため、検査3日前より禁止です。
④少量のアルコールやチョコレート、クッキーなどはOKです。
（ビール 350ml、お酒 1合を目安に、飲みすぎは禁物です）
⑤唐辛子や黒こしょう、わさび、からしなど香辛料は避けましょう。
⑥牛乳や乳製品は避けましょう（バター、マーガリンは少量ならかまいません）。
⑦おすすめの調理法：柔らかく煮る、つぶす、きざむ、ゆでる
⑧揚げものは避けましょう。フライパンで焼く際は調理に用いる油は少なめに。

【食べてよいもの】



【食べてはいけないもの】



※バターやマーガリンは少量ならかまいません

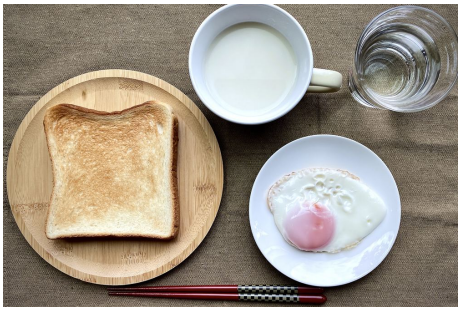
大腸内視鏡検査　前日の食事のご案内

おすすめメニュー（調理例）

【朝食】



白米・豆腐のみそ汁
鮭の塩焼き(皮なし)



トースト・目玉焼
ポタージュスープ

【昼食】



ざるうどん・麺つゆ・卵豆腐



牛丼・卵・豆腐のみそ汁

【夕食】



素うどん



やわらかめの白米・みそ汁
刺身の盛り合わせ

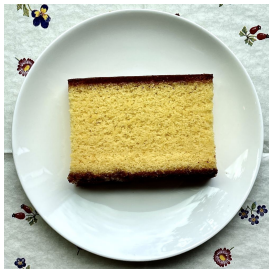
【おやつ】



カロリーメイト



クッキー
(チョコチップもOK)



カステラ

検査前日の夕食が遅くなる方へ🌙

お仕事の都合などで、夕食を**午後８時**までに終了できない方は、**午後10時**までに消化のよい肉か魚のみを少量食べるようにしてください。脂肪分の多いものや揚げものは避けてください。午後8時以降は、**白米やパン、麺類などの炭水化物はできるだけ食べないでください。**

大腸内視鏡検査　前日の食事のご案内

FAQ よくある質問集

Q.おにぎりや卵焼きに海苔を使っていいですか？

海苔は海藻なので避けてください。

Q.麦ご飯や雑穀米は食べていいですか？

食物繊維が豊富に含まれ、大腸に残りやすいので３日前から
白米のみにしてください。

Q.こんにゃくゼリーは食べていいですか？

こんにゃくは大腸に残りやすいので避けてください。

Q.パンにバターやマーガリン、ジャムをつけてもいいですか？

バターやマーガリンは少量であればかまいません。
ジャムには果物の皮や種が含まれますので前日は避けてください。

Q.牛乳やヨーグルトなどの乳製品は摂っていいですか？

乳脂肪分の膜が大腸の粘膜に残ることがあるので避けてください。

Q.お酒は飲んでいいですか？

ビール350ml、お酒1合、ワインをグラス1杯程度の少量はかまいません。
飲み過ぎには注意してください。

Q.コーヒーや紅茶は飲んでいいですか？

紅茶は前日、当日とも制限はありません。
コーヒーは前日までは制限はありませんが、当日は飲んではいけません。

Q.蕎麦（そば）は食べていいですか？

そば粉は食物繊維が豊富で消化に時間がかかるため避けましょう。

Q.パスタは食べていいですか？

パスタはソースや具材にオイルや脂肪性食品を多く含むため避けましょう。

「○○は食べていいですか？」という問い合わせのお電話を多くいただきますが、私たちが経験のない食材も多く、個々の食材や調理法に関するお問い合わせには対応しておりません。

本資料に掲載されている範囲で、検査前日の食事を取っていただきますようお願いいたします。

しらいし胃腸クリニック
TEL 095-881-2828