

Dia: _____ Hora: _____

**TRAZER EXAMES ANTERIORES E MEDICAMENTOS QUE
ESTEJA A TOMAR
VIR ACOMPANHADO (NÃO DEVE CONDUZIR)**

Atenção: Se tomar anticoagulantes, antiagregantes e/ou medicamentos com ferro tem de consultar o médico assistente sobre a necessidade de suspender a terapêutica, pelo menos sete dias antes do exame, e as alternativas à medicação.

5 Dias antes do exame

Pode comer

Pequeno Almoço e Lanches:

- Infusão de tília, cidreira ou chá
- Pão branco torrado com manteiga
- Biscoitos secos

Almoço e Jantar:

- Sopa branca (batata, arroz, massa)
- Carnes magras cozidas ou grelhadas (vaca, vitela, galinha, coelho)
- Peixes magros cozidos ou grelhados (pescada, marmota, robalo, carapau)
- Arroz, puré de batata, ovo cozido
- Pão branco, biscoitos secos
- Frutas cozidas, assadas ou em sumo
- Queijo fresco ou iogurtes

Não pode comer

- Fruta crua (toda)
- Cereais
- Gorduras
- Hortaliça (couves, grelos, espinafres, etc.)
- Legumes (cebolas, tomate, cenoura, nabo, etc.)
- Leguminosas secas (feijão, grão, milho, etc.)

Não pode beber

- Leite
- Sumos de tomate
- Bebidas com álcool

Compre na farmácia uma embalagem de Dulcolax e um dos seguintes medicamentos:

- CITRAFLEET
- PICOPREP

Na véspera do exame:

1 – Pode tomar o pequeno-almoço! Durante o resto do dia deve apenas beber chá, sumos transparentes, água, caldos de carne (sem carne ou massa) e gelatinas de cor clara.

Tome 2 comprimidos de Dulcolax às 12h.



2 – Às 20h toma a primeira carteira do medicamento dissolvida em 250ml de água. **Até à hora de deitar tem de beber no mínimo 2 litros de líquidos** (água, chá, sumo sem polpa, refrigerantes sem gás).

3 – Às 06h (do dia do exame) toma a segunda carteira do medicamento dissolvida em 250ml de água. **Nas 2h seguintes tem de beber no mínimo 2 litros de líquidos** (água, chá, sumo sem polpa, refrigerantes sem gás).

Até à hora do exame não come nem bebe mais nada!

É DE EXTREMA IMPORTÂNCIA QUE TOME A QUANTIDADE DE LÍQUIDOS QUE ESTÁ INDICADA NO PROTOCOLO. SÓ ASSIM CONSEGUIRÁ UMA LIMPEZA EFICAZ! O SUCESSO DO EXAME DEPENDE DA QUALIDADE DA PREPARAÇÃO QUE EFECTUOU.