

Vai realizar um exame que necessita de uma rigorosa limpeza intestinal. Por favor, siga as instruções seguintes:

2 DIAS ANTERIORES AO EXAME:

a) Pequeno – almoço

- ❖ Infusão de tília, erva-cidreira ou chá;
- ❖ Pão branco com manteiga ou margarina, biscoitos secos.

b) Almoço e Jantar

- ❖ Sopas brancas (batata, cenoura, arroz e massa), caldos de carne;
- ❖ Carnes ou peixes magros, cozidos ou grelhados (ex. galinha, vitela, fiambre, pescada, etc.);
- ❖ Arroz, puré de batata, ovo cozido;
- ❖ Pão branco, biscoitos secos, queijo fresco, iogurte natural.

Nota: Não coma fruta. Não beba leite.

NA VÉSPERA DO EXAME:

- a) A dieta acima descrita deve ser feita até 24 horas antes do exame. Nesta altura (dia anterior ao exame) deve fazer uma **dieta totalmente líquida:**

9:00 (Pequeno-almoço)

- ❖ Infusão de tília, erva-cidreira ou qualquer tipo de chá (açucarado se quiser).

12:00 (Almoço)

- ❖ Caldos de carne coados – água do caldo, gelatina de ananás
- ❖ Tomar 2 comprimidos de **Dulcolax (Bisacodil 5mg)**

15:00

- ❖ Tomar uma saqueta de CitraFleet (15,08g) dissolvida num copo com 250ml de água.
- ❖ De seguida, beba 2 litros de água, chá (açucarado se quiser) ou sumos sem polpa.

18:00 (Jantar)

- ❖ Infusão de tília, erva-cidreira ou qualquer tipo de chá (açucarado se quiser)
- ❖ Caldos de carne coados – água do caldo, gelatina de ananás.
- ❖ Tomar uma embalagem de BARIGRAF TAC 10g dissolvida num copo com 250ml de água.

19:00

- ❖ Beber a 2ª saqueta de CitraFleet (15,08g) dissolvida num copo com 250ml de água
- ❖ De seguida, beba 2 litros de água, chá (açucarado se quiser) ou sumos sem polpa.

21:00

- ❖ Tomar a 2ª embalagem de BARIGRAF TAC 10g dissolvida num copo com 250ml de água.

- b) Pode beber água ou chá (açucarado se quiser) até 7 horas antes do exame. A partir daí, não deve ingerir qualquer alimento ou líquido. JEJUM ABSOLUTO**

Notas: Deve solicitar o produto BARIGRAF TAC na Clínica onde vai efetuar o exame.

O CitraFleet e o *Dulcolax* devem ser adquiridos numa farmácia.

Deve procurar estar **próximo de um WC** 2 horas após tomar os laxantes CitraFleet e *Dulcolax*.