

הוראות הכנה לתבחין נשיפה

הנחיות להכנות הנבדק לקראת תבחין נשיפה

1. יש להימנע מנטילת אנטיביוטיקה, פרוביוטיקה או פרהביוטיקה (סיבים תזונתיים) במהלך 4 שבועות לפני התבחין.
2. יש להימנע מביצוע בדיקת קולונוסקופיה (כולל וירטואלית), קפסולה אנדוסקופית, או כל בדיקה אחרת המצריכה ניקוי המעי במשך 4 שבועות טרם ביצוע התבחין.
3. מומלץ להימנע מנטילת תרופות פרוקינטיבות (מוטיליום, רזולור) או תרופות וחומרים משלשלים מכל סוג כשבוע לפני התבחין.
4. יממה טרם התבחין יש לאכול ולשתות רק את מה שמותר על פי דף הנחיות תזונתיות המצורף.
5. יש להקפיד על צום מלא (שתיה ואכילה) 12 שעות לפני ביצוע התבחין.

נא לשים לב:

- א. לבדיקות המתקיימות בשעות הבוקר - צום משעה 20:00 בערב.
- ב. לבדיקות המתקיימות בשעות אחה"צ - צום משעה 24:00 בלילה.
- ג. ניתן לשתות מים בלבד עד שעתיים לפני התבחין (גם למי שלא נוטל תרופות קבועות).
- ד. אין להפסיק תרופות קבועות אחרות מכל סוג, לרבות PPI's, טרם ביצוע תבחין הנשיפה.
6. יש להימנע מעישון החל מהשעה 20:00 בערב לפני הבדיקה ובמהלך היום בו מבוצע התבחין.
7. יש להימנע מפעילות גופנית מאומצת כ-12 שעות לפני ביצוע התבחין.
8. בבוקר הבדיקה יש לצחצח שיניים ולאחר מכן לשטוף ולחטא את הפה עם מי פה מכל סוג שהוא.

הנחיות תזונתיות למטופל/ת לפני ביצוע תבחין נשיפה
בבקשה, הקפידו על ההנחיות התזונתיות שרשומות מטה עבורך.
הן נכתבו בכדי שנוכל לבצע בהצלחה את תבחין הנשיפה שלך.
אי הקפדה על הנחיות אלו עלולה לגרום לכך שהתבחין יצטרך להידחות למועד אחר.
חשוב: יש להימנע מאכילה 12 שעות לפני הבדיקה,
במהלך צום זה אפשר לשתות מים או תה ללא סוכר.

מה אפשר לאכול ולשתות 24 שעות לפני שמתחילים את הצום:

עוף, הודו, דגים, שבבי סויה (מתובלים בתבלינים מטה)

חלבונים

מלח, פפריקה מתוקה, כורכום, פלפל שחור

תבלינים

אורז, פתיתים, לחם אחיד, פיתה

דגנים לא מלאים

קנולה, שמן זית, חמאה, מזולה

שמנים (מעט)

תפוח אדמה, קישוא, גזר

ירקות מבושלים

מים, תה ללא סוכר

שתיה

לבירורים נוספים: