

注意事項

1. 於檢查前二天，食物即應開始以清淡為主，選擇嫩肉、精緻的五穀類、過濾的果汁及過濾蔬菜汁，避免刺激性的食物、牛奶及奶製品。
2. 請盡量採用可以使食物質軟的烹調方式，儘量避免油炸、油煎。

檢查前二天的飲食建議

- (1) 三餐飲食須進食低渣飲食：如白稀飯、白吐司、肉包、麵條、或白稀飯搭配嬰兒肉鬆、少量絞肉、蒸蛋豆漿等



稀飯



白吐司



饅頭



清湯麵



清排骨湯



海綿蛋糕



海苔醬



去皮魚肉



蒸蛋

- (2) 不宜進食青菜、水果等高纖食物及不可食用牛奶、其他乳製品煎炸與任何有渣食物



奶類製品



起司



蔬菜水果

檢查前一天晚餐請進食清流質飲食

例如：無渣飲料、濾渣蘆筍汁或粥湯



無渣飲料



無渣飲料



粥湯



飲食控制好



飲食控制差

清腸效果比較

▶▶ 請務必配合好相關的飲食注意事項 ◀◀