

CONSEILS NUTRITIONNELS DANS LE CADRE D'UNE PREPARATION A LA COLOSCOPIE

CES CONSEILS SONT A SUIVRE PENDANT LES 3 JOURS PRECEDANT L'EXAMEN

Supprimez les légumes (crus et cuits), les fruits crus, les céréales complètes et les légumes secs.

Seuls les aliments proposés ci-dessous sont à consommer

PETIT-DEJEUNER

- Thé ou café ou chocolat + sucre + lait
- Pain blanc, biscottes ordinaires (au froment), pain grillé du commerce ou pain de mie + beurre ou margarine
- Gelée de fruits, miel
- Selon l'appétit : œuf ou jambon découenné, dégraissé, ou fromage.

DEJEUNER ET DINER

- Œuf dur vinaigrette ou mayonnaise, jambon blanc, crevettes décortiquées, crabe, thon, surimi, mousse de foie, bouillon de légumes tamisé, bouillon de poules aux vermicelles
- Viandes : bœuf, veau, porc, poulet, lapin, dinde, dindonneau...
ou
- Poissons : sole, merlan, lotte, cabillaud, julienne, limande, truite, roussette...
ou
- Œufs : omelette, œufs au plat, œuf à la coque, œufs durs...
- Pâtes ou riz ou semoule ou pommes de terres vapeur sans la peau + beurre ou margarine de tournesol + gruyère râpé ou parmesan
- Fromages à pâte pressée : gruyère, comté, saint-paulin, hollande, cantal, gouda, mimolette, Port- Salut, tome edam, crème de gruyère, Pyrénées, emmental...Fromages à pâte molle peu faits : camembert, brie...
- Yaourt, suisse, fromage blanc, nature ou aromatisé, crème dessert
- Compotes
- Biscuits secs, chocolat
- Pain blanc, biscottes ordinaires.

Boissons autorisées

Eaux plates, eaux minérales non gazeuses, thé et café légers, infusions, sirops de fruits et jus de fruits sans pulpe

Bouillon de légumes tamisés, bouillon de poule aux vermicelles

Consommées avec modération, les boissons alcoolisées ne sont pas contre-indiquées dans un régime sans résidus.

ATTENTION : Si vous êtes diabétique, ce régime ne vous convient pas dans sa totalité, vous devez notamment supprimer les produits sucrés.

Pour toute information complémentaire relative à la nutrition, vous pouvez joindre le service diététique au :

01 44 12 35 61 ou 01 44 12 70 61

Ce document est une base d'informations fondée sur les recommandations factuelles, pouvant être personnalisées.

Validation par le Comité de Liaison en Alimentation et Nutrition le 02 juin 2015.