**ФГДС (фиброгастродуоденоскопия)** -

это эндоскопическое исследование пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки с помощью фиброволоконной оптики (зонд, гастроскоп, эндоскоп). Этот метод диагностики является очень точным и эффективным, позволяет не только увидеть органы изнутри, но и дает возможность взять образец ткани.

Многие очень боятся данной процедуры. Но на самом деле все не настолько страшно, если правильно подготовиться к ФГДС.

**Как проходит процедура ФГДС?**

* Пациент ложится на левый бок, согнув ноги в коленях.
* Врач аккуратно вводит трубку в ротовую полость, а затем в пищевод для произведения диагностики.
* Во время процедуры нужно глубоко дышать и стараться не проглатывать слюну.
* Обследование ФГДС может длится примерно от 5 до 30 минут.

**Что показывает ФГДС желудка**

Гастроскопия позволяет получить максимально точную информацию о состоянии органов и тканей, наличии эрозий и различных образований. С помощью ФГДС можно выявить следующие проблемы:

* язву желудка и двенадцатиперстной кишки;
* доброкачественные и злокачественные новообразования;
* желудочно-кишечные кровотечения;
* гастроэзофагеальную рефлюксную болезнь;
* гастриты и дуодениты;
* эзофагиты.

**Подготовка к ФГДС**

Правильная подготовка к ФГДС желудка включает в себя соблюдение диеты, голодание перед самой процедурой, а также моральную подготовку. Обо всем по порядку:

**Диета для подготовки к ФГДС**

За два дня до диагностики рекомендуется ограничить себя в тяжелой и вызывающей повышенное газообразование еде. Следует исключить из рациона:

* алкогольные напитки, шоколад, острую еду, орехи, жирное мясо бобовые; (чечевица, горох и т.д.), грибы, фастфуд, копчености.

От тяжелой еды желудок может просто не успеть очиститься, что ухудшит результаты исследования.

**Что можно кушать при подготовке к ФГДС желудка?**

Нужно употреблять в пищу еду, которая легко усваивается, например:

* вареную куриную грудку;
* нежирная рыба;
* гречка или рис;
* легкие супы;
* яйца;
* кисломолочные продукты (нежирные);
* овощи после термической обработки.

**За сколько часов до ФГДС нельзя есть?**

при исследовании в первой половине дня - последний прием пищи должен быть не позднее 18.00-18.30 накануне. Это должен быть легкий ужин без овощных салатов, орехов и семечек.

При подготовке к ФГДС во второй половине дня нужно по-прежнему сохранять интервал в 10-12 часов, поэтому рассчитывайте время последнего приема пищи самостоятельно (возможно это будет ранним утром)- можно съесть йогурт или кашу.

**Можно ли пить воду перед ФГДС?**

Нельзя пить воду за 4-5 часов до процедуры. Следует исключить крепкий чай, кофе, газированные напитки.

**Через сколько после ФГДС можно есть?**

Кушать можно спустя два часа. Рекомендуем принимать легкую пищу.

**Что еще нельзя делать перед ФГДС:**

* курить, принимать лекарства, жевать жвачку, чистить зубы (внутрь может попасть паста и вызвать раздражение);
* не стоит проходить ФГДС при недомогании (насморк, температура - лучше подождать выздоровления);
* нельзя делать ФГДС при ларингите, фарингите, трахеите (мешает отек слизистой, она становится чувствительной к механическому воздействию эндоскопа).

Также нужно предупредить врача при наличии хронических патологий, аллергии на медицинские препараты и трудностях с носовым дыханием.

**Можно ли беременным делать ФГДС:**

Гастроскопия безопасна для беременных . Единственное что может вызвать процедура — это небольшой стресс.

**Как часто можно делать ФГДС**

Обследование не несет никакого вреда здоровью, поэтому проводить его можно столько, сколько скажет лечащий врач. При гастрите или других патологиях возможно необходимость в гастроскопии увеличится до 3 раза в год (раз в 4-6 месяцев) для отслеживания динамики заболевания.