

- 檢查前七日：停止服用抗凝血劑或抗血小板藥物，魚油、銀杏、人參、紅麴、納豆等保健食品。

※請記得先與您開藥的醫師討論是否可以停止服用藥物。

● 檢查前三日低渣飲食：

1. 減少腸胃留下殘渣：減少食物的消化過程，能減少糞便排便量。
2. 減少腸胃刺激：減少腸胃蠕動，排除機械性的刺激，使腸胃充分休息。
3. 復原腸胃傷口：腸胃如果剛好做完手術，低渣飲食也能幫助早日復原。
4. 不可飲用高纖豆漿、牛奶堅果飲品、有渣及顏色較深的果汁或飲料。
5. 不可食用高纖維或全麥雜糧類食物、蔬菜、水果、蔥、薑、蒜頭、牛乳及乳製品。
6. 請避免吃刺激性、油煎、油炸、油膩、麻辣食物。

食物種類	可食用	不可食用
奶類及其製品	無	X 牛奶及其製品：皆不可食
肉(魚)類	✓ 去皮的魚肉、吻仔魚 ✓ 清蒸、水煮碎絞瘦肉	X 未去皮或經加工之魚類，如柳葉魚、小魚干 X 肥肉類皆不可食
蛋類	✓ 蒸蛋、水煮蛋	X 煎蛋、荷包蛋、滷蛋、鐵蛋
豆類及其製品	✓ 嫩豆腐、豆花、豆漿(無渣)	X 豆干、油豆腐、綠(紅)豆等
五穀根莖類及常見主食	✓ 白米飯、稀飯 ✓ 白麵條(乾麵、湯麵、麵線) ✓ 白土司 ✓ 白饅頭	X 五穀類：如米糠、糙米、燕麥、麥片、玉米、全麥製品 X 根莖類：皆不可食，如甘薯(地瓜)、芋頭、馬鈴薯等 X 其他：麵包、燒餅、油條等
堅果類	無	X 堅果類：皆不可食、如花生、核桃、腰果、杏仁、栗子
蔬菜水果類	✓ 濾渣汁蘋果汁 ✓ 清湯	X 蔬菜類(含根莖葉及粗纖維的瓜類、如絲瓜、南瓜)：皆不可食 X 水果類：皆不可食，如香蕉、木瓜、果醬、蜜餞等
點心類	✓ 海綿蛋糕(無鮮奶油)	X 其餘點心皆不可食
飲料類	✓ 無渣無色飲料：如運動飲料、椰子汁、蜂蜜水	X 色素較深知飲料皆不可食，如葡萄汁、蔓越莓汁等
其他	無	X 刺激性調味品：如辣椒、大蒜、胡椒等 X 油膩、調味太濃的湯