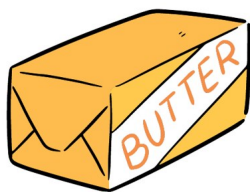


大腸鏡檢查前 5 天開始。只吃**可以吃**那一欄的食物。**不要吃**水果、蔬菜、堅果、種子、豆類或玉米。
大腸鏡檢查前一天，只喝清流質。請按照您的清腸說明。

食物 / 飲料	可以吃	不可以吃
牛奶和乳製品 	• 牛奶 • 奶油 (cream) • 熱巧克力 • 酪乳 (buttermilk) • 奶酪 (包括茅屋奶酪 cottage cheese) • 原味酸奶 • 酸奶油 (sour cream)	• 加了堅果、種子或燕麥脆片 (granola) 的酸奶 • 加了帶皮或帶籽水果 (例如莓果) 的酸奶
麵包和穀物 	• 用白麵粉做的麵包、麵包卷、鬆餅、貝果和意大利麵 • 白米飯 • 普通餅乾 (例如蘇打餅乾 saltines) • 低纖維麥片 (米花、麥精 cream of wheat、玉米片 corn flakes)	• 糙米或野米 • 全麥麵包、麵包卷、意大利麵或餅乾 • 全穀物或高纖維麥片 (granola、raisin bran、燕麥片) • 含堅果或種子的麵包或麥片
肉類和蛋白質 	• 雞肉 • 火雞 • 羊肉 • 瘦豬肉 • 小牛肉 • 魚和海鮮 • 雞蛋 • 豆腐	• 有筋的硬肉
堅果和種子 	• 都不可以	• 所有堅果 (花生、杏仁、核桃) • 所有堅果醬 (順滑或顆粒) • 種子 (茴香籽、芝麻、南瓜子、葵花子)

食物 / 飲料**可以吃****不可以吃****油脂**

- 黃油
- 人造黃油
- 植物油和其他食用油
- 蛋黃醬
- 不含種子或堅果的沙拉醬

- 含種子或堅果的沙拉醬

甜點

- 蛋奶凍 (custard)
- 原味布丁
- 冰淇淋
- 雪葩或冰沙 (sherbet / sorbet)
- 不含水果的果凍 (不可紅色或紫色)
- 用白麵粉做、不含種子、果乾或堅果的餅乾或蛋糕

- 椰子
- 任何含種子或堅果的東西
- 任何紅色或紫色的東西
- 用全麥麵粉、種子、果乾或堅果做的餅乾或蛋糕

飲料

- 咖啡
- 茶
- 熱巧克力或可可
- 透明果味飲料 (無果肉)
- 汽水
- 不加纖維的 Ensure、Boost 或 Enlive

- 有果肉的果汁或蔬菜汁
- 紅色或紫色的飲料

其他

- 糖
- 鹽
- 果凍醬 (jelly)
- 蜂蜜
- 糖漿
- 檸檬汁

- 椰子
- 爆米花
- 果醬 (jam / marmalade)
- 酸黃瓜醬 (relish)
- 醃黃瓜
- 橄欖
- 粗粒芥末醬 (stone-ground mustard)

有問題嗎？請打電話給我們：626-898-4560。