

特殊檢查注意事項-低渣飲食

發佈日期: 2009/5/26 下午 01:55:58 更新日期: 2011-01-05



可食用麵條,但蔬菜水果不可食用

腸鏡檢查準備事項 低渣飲食 食物選擇表

食物種類	可食	忌食
奶類及其製品	無。	各式奶類及其製品。
肉、魚類	去皮去筋的肉、魚類，如：絞碎、剝碎、煮爛的瘦肉、家禽、魚等。	未去皮去筋之肉、魚類及油炸、油煎的肉、魚類；雞肫、鴨肫、牛筋等。
蛋類	除油炸、煎外其它各種烹調法製作之各種蛋類。	滷製過久的硬蛋。
豆類及製品	加工精製的豆製品，如：豆漿、豆腐、豆花、豆干等。	油炸過的豆製品及未加工的豆類，如：黃豆。
五穀類	精緻的五穀類及其製品，如米飯、麵條、吐司等。	全穀類及其製品，如：米糠、糙米、麥麩、燕麥、玉米、全麥麵包、黑麵包、麩皮麵包、紅豆與綠豆等。 根莖類食品，如：甘藷、芋頭、山藥等。
蔬菜類	各種過濾蔬菜汁。嫩的葉菜類。去皮、子的成熟瓜類。	粗纖維多的蔬菜，蔬菜的梗、莖及老葉，如竹筍、芹菜等。

水果類	各種過濾果汁。纖維含量少且去皮、子的水果，如：木瓜、哈密瓜、釋迦、新世紀梨、蓮霧、西瓜、香瓜、枇杷、荔枝、龍眼、香蕉等。	未過濾果汁及含高纖維的水果，如棗子、黑棗、楊桃、蕃石榴等。
油脂類	各種植物油、動物油及其製品。	堅果類，如腰果、花生、核桃、杏仁、栗子等。
點心類	清蛋糕、餅乾。	加水果及堅果類製成的蛋糕與派。油炸的點心，如：沙其瑪等。
其他		刺激性調味品，如辣椒、大蒜或胡椒等。濃湯。 加果粒之果醬，蜜餞等。