



OMNICARB *eco*

18 COMPRESSE

COMPLEMENTO NUTRIZIONALE A BASE DI PRINCIPI ATTIVI VEGETALI CHE RISULTANO UTILI A FAVORIRE L'ASSORBIMENTO E L'ELIMINAZIONE DEI GAS INTESTINALI. - **IL SUO IMPIEGO E' INDICATO NELLA PREPARAZIONE DELL'ESAME ECOGRAFICO ADDOMINALE**

POSOLOGIA: SI CONSIGLIA L'ASSUNZIONE DI 2 COMPRESSE A FINE PASTO – COLAZIONE, PRANZO E CENA QUINDI 6 COMPRESSE AL GIORNO PER 3 GIORNI PRIMA DELL'ESAME.

Si consiglia inoltre di seguire le seguenti regole:

- digiuno di almeno 6 ore prima dell'ecografia addome
- è spesso necessario avere la vescica piena
- bere circa 500-750 ml di acqua (non gassata) circa un'ora prima dell'appuntamento e di non urinare

si raccomanda di seguire una dieta a basso contenuto di fibre per almeno 2-3 giorni prima dell'esame.

Alimenti da Evitare

- **Legumi:** fagioli, lenticchie, ceci, piselli. Sono notoriamente produttori di gas.
- **Verdure Crucifere:** cavoli, broccoli, cavolfiori, cavoletti di Bruxelles.
- **Cipolle e Aglio:** consumati crudi o cotti.
- **Bevande Gassate:** bibite, acqua frizzante.
- **Alimenti Fritti e Grassi:** difficili da digerire e possono causare gonfiore.
- **Latticini:** latte, formaggi, yogurt (soprattutto per chi è intollerante al lattosio).
- **Pane Integrale e Cereali Integrali:** contengono fibre che possono aumentare la produzione di gas.
- **Frutta con Buccia:** la buccia contiene fibre che possono essere difficili da digerire.
- **Dolcificanti Artificiali:** sorbitolo, mannitolo, xilitolo (spesso presenti in gomme da masticare e caramelle senza zucchero).

Alimenti Consentiti

- **Riso Bianco:** facilmente digeribile.
- **Carne Bianca:** pollo, tacchino (cotti al vapore, bolliti o alla griglia).
- **Pesce Magro:** merluzzo, sogliola (cotti al vapore, bolliti o alla griglia).
- **Uova:** sode o in camicia.
- **Verdure Cotte:** carote, zucchine, patate (bollite o al vapore).
- **Pane Bianco Tostato:** in quantità moderata.
- **Brodo di Carne o di Verdure:** sgrassato.
- **Tisane:** camomilla, finocchio (senza zucchero).