

## Vorbereitung zur Darmspiegelung mit Picoprep

Die sorgfältige Vorbereitung und Reinigung des Darms ist unabdingbare Voraussetzung für eine aussagekräftige Untersuchung. Bei verunreinigtem Darm ist eine hinreichende Beurteilung der Schleimhaut nicht möglich und kleine Befunde (z.B. kleine Polypen) können leicht übersehen werden. Mitunter muss die Untersuchung auch abgebrochen und zu einem späteren Zeitpunkt wiederholt werden. Sie können durch folgende Verhaltensregeln die Vorbereitung günstig beeinflussen.

Bei Einnahme von Blutverdünnern (Marcumar, Plavix etc.): Setzen Sie diese unter keinen Umständen ohne Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt ab (Infoblatt Blutverdünnung beachten). Ihre Medikamente können Sie am Morgen vor der Untersuchung wie gewohnt einnehmen.

Die Wirkung von anderen Medikamenten kann durch die Darmspülung vermindert werden (Antibabypille!).

### 5 Tage vor der Untersuchung

Verzichten Sie bitte auf körnerhaltige und schwer verdauliche Nahrungsmittel. Dies gilt besonders für Müsli, Vollkornbrot, Tomaten, Kiwis, Weintrauben, Erdbeeren, Himbeeren, Gurken, Zucchini, Blattsalate, Rohkost, Paprika, Pilze, Spinat, Spargel, Erbsen, Bohnen, Mais und Linsen etc.). Körner können die Kanäle der Endoskope verstopfen.

**Beschränken Sie sich bitte auf folgende Nahrungsmittel:** Toast, Weißbrot, helle Brötchen ohne Körner mit süßem Aufstrich oder herzhaftem Belag z. B. magere/milde Wurstsorten oder milden Käse, Kartoffelpüree, Salzkartoffeln, Pellkartoffeln, geschälter Reis, weiße Nudeln, Eierspeisen z. B. Omelette und Rührei, leichte verdauliche gedünstete Gemüsesorten wie Fenchel, Brokkoli, Kohlrabi, Blumenkohl und Möhren, Obstkompott, gedünstetes Obst, milde Obstsäfte, fettarmes Fleisch und fettarmen gedünsteten Fisch, fettarme Milchprodukte wie Buttermilch und Naturjoghurt.

**Wichtig:** Bitte trinken Sie an jedem dieser 5 Tage mindestens 2 Liter klare Flüssigkeit.

### Tag vor der Untersuchung

Am Vortag der Untersuchung sollten Sie nach einem leichten Frühstück nur noch flüssige Kost zu sich nehmen und viel trinken. Nehmen Sie mittags nur klare Brühe ohne Einlage zu sich. Beschränken Sie sich bitte auf klare Flüssigkeiten wie Apfelschorle, klare Fruchtsäfte, hellen Tee oder Wasser. Meiden Sie dunkle Getränke und rote oder trübe Säfte, da diese die Sicht im Darm erschweren.

**Wichtig:** Bitte trinken Sie mindestens 2 Liter klare Flüssigkeit.

Bitte nehmen Sie 6 Stunden vor Beginn der Einnahme von Picoprep die zwei beigefügten Laxans Tabletten ein.

### Zubereitung und Einnahme von Picoprep

Füllen Sie ein Glas mit 150 ml kaltem Wasser. Entleeren Sie den Inhalt des Beutels in das Glas. Rühren Sie 2-3 Minuten um. Die Lösung erwärmt sich nun. Trinken Sie die milchige Lösung sobald sie abgekühlt ist (siehe Tabelle auf der Rückseite). Danach trinken Sie über mehrere Stunden mindestens 1,5 bis 2 Liter einer klaren Flüssigkeit Ihrer Wahl.

Zwei Stunden vor Einnahme von Picoprep bis zur Beendigung der Untersuchung dürfen Sie keine feste Nahrung mehr zu sich nehmen und zwei Stunden vor der Koloskopie nichts mehr trinken.

Einnahme von Picoprep für Ihren Termin bis 11:00	
1. GABE	2. GABE
Tag vor der Koloskopie um 14 Uhr 1 Glas Picoprep (150 ml) zubereiten und trinken. Nehmen Sie danach mindestens 1,5-2 weitere Liter einer klaren Flüssigkeit Ihrer Wahl ein. 1 großes Glas entspricht 250 ml.	Tag vor der Koloskopie um 19 Uhr 1 Glas Picoprep (150 ml) zubereiten und trinken. Nehmen Sie danach mindestens 1,5-2 weitere Liter einer klaren Flüssigkeit Ihrer Wahl ein. 1 großes Glas entspricht 250 ml.

Einnahme von Picoprep für Ihren Termin ab 11:00	
1. GABE	2. GABE
Tag vor der Koloskopie um 18 Uhr 1 Glas Picoprep (150 ml) zubereiten und trinken. Nehmen Sie danach mindestens 1,5-2 weitere Liter einer klaren Flüssigkeit Ihrer Wahl ein. 1 großes Glas entspricht 250 ml.	Tag der Koloskopie um 6 Uhr 1 Glas Picoprep (150 ml) zubereiten und trinken. Nehmen Sie danach mindestens 1,5-2 weitere Liter einer klaren Flüssigkeit Ihrer Wahl ein. 1 großes Glas entspricht 250 ml.

**Grundsätzlich gilt:** Je mehr klare Flüssigkeit Sie zusätzlich zum Picoprep trinken, desto besser wird das Ergebnis der Abführmaßnahme ausfallen. Die Abführmaßnahme ist erst dann erfolgreich beendet, wenn Sie klare Flüssigkeit (wie Kamillentee) absetzen. Trinken Sie im Zweifel solange weiter klare Flüssigkeit.

Sollten während der Einnahme von Picoprep Bauchschmerzen oder Erbrechen auftreten, unterbrechen Sie bitte die weitere Einnahme bis die Symptome abklingen. Setzen Sie sich gegebenenfalls mit Ihrem Arzt in Verbindung.

Für weitere Informationen zu Picoprep lesen Sie bitte die Packungsbeilage oder besuchen auch folgende Homepage: [www.picoprep.de](http://www.picoprep.de)

**Wichtig:** Bitte melden Sie sich unbedingt 2-3 Werktage vor der Untersuchung, um den Termin zu bestätigen und um evtl. Fragen zu klären. Falls Sie sich bis zum Vortag um 15 Uhr nicht bei uns melden, müssen wir den Termin leider anderweitig vergeben. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Bitte lesen Sie auch die beiliegende Patientenaufklärung aufmerksam durch und beantworten die Fragen soweit es Ihnen möglich ist. Bringen Sie den ausgefüllten Bogen bitte zur Untersuchung mit!

Wenn Sie eine Sedierung (Schlafspritze) wünschen, müssen Sie sich zwingend von einer Begleitperson aus der Praxis abholen lassen. Alternativ können Sie ein Taxi nehmen, wenn Sie der Taxifahrer an die Haustüre bringt. Die selbstständige Teilnahme am Straßenverkehr oder die Nutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln ohne Begleitperson ist für einen Zeitraum von 12-24h nach der Sedierung nicht gestattet.

Falls Sie in Begleitung mit einem Fahrzeug kommen, haben Sie die Möglichkeit, dieses in unserer Tiefgarage abzustellen (pro angefangene Stunde € 1,00).