

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen ist eine Dickdarm (Koloskopie) geplant. Um die Untersuchung durchführen zu können, müssen Sie zuvor Ihren **Darm optimal reinigen**. Ist der Darm bei der Untersuchung nicht vollständig sauber, steigt nicht nur das Risiko von Komplikationen (z. B. Darmwandverletzung), sondern es verlängert sich auch die Untersuchungszeit und krankhafte Befunde könnten übersehen werden. Zudem verzögert sich der geplante Untersuchungsbeginn der Ihnen nachfolgenden Patienten. Wir bitten Sie daher, die Darmreinigung genau so durchzuführen wie es im Folgenden beschrieben ist.

## In der Woche vor der Darmspiegelung

Verzichten Sie bitte auf **körnerhaltige Nahrungsmittel** (z. B. Vollkornprodukte, Müsli, Leinsamen, Mohn, Weizenkleie, Weintrauben, Kiwis, Wassermelonen, Erdbeeren) sowie **Nahrungsmittel mit Haut oder harten Schalen** (z. B. Tomaten, Hülsenfrüchte, Paprika, Mais, Nüsse).

## Am Tag vor der Darmspiegelung

Nehmen Sie morgens ein **leichtes Frühstück** zu sich. Trinken Sie während des **Vormittags** dann soviel klare Getränke wie möglich. Zum **Mittagessen** sollten Sie bitte nur noch **flüssige Kost** zu sich nehmen (z. B. eine klare Suppe). Ab diesem Zeitpunkt dürfen Sie, bis zum Abschluss der Untersuchung am nächsten Tag, **keine feste Nahrung und auch keine Milch bzw. Milchprodukte** mehr zu sich nehmen.

Um ca. **17.00 Uhr** bereiten Sie bitte die Darmreinigungslösung vor, indem Sie den **ersten Beutel** des Pulvers erst in 150 ml (entspricht ungefähr einem normalen Trinkglas) Leitungswasser lösen. Die Lösung kann sich beim Herstellen etwas erwärmen, das ist ganz normal. Stellen Sie die so hergestellte Lösung anschließend für ca. 15 Minuten in den Kühlschrank (schmeckt gekühlt am besten) bevor Sie diese dann innerhalb von **2 – 5 Minuten** vollständig trinken. Danach müssen Sie **30 Minuten warten**. Anschließend trinken Sie **innerhalb von 2 – 3 Stunden mindestens 3 Liter Flüssigkeit** Ihrer Wahl. Erlaubt sind Leitungswasser, Mineralwasser, Tee, Kaffee, verdünnte Fruchtsäfte, klare Suppen. Die abführende Wirkung setzt meist nach ca. 1 – 2 Stunden ein. Trinken Sie nicht zu schnell, damit Ihr Magen nicht überlastet wird und Sie sich erbrechen müssen. **Körperliche Bewegung** während der Vorbereitung verbessert die Qualität der Darmreinigung.

Zum **Abendessen** dürfen Sie nur noch eine klare Brühe und oben genannte Getränke zu sich nehmen.

Wenn Sie regelmäßig **Medikamente** einnehmen müssen, gehen Sie bitte wie folgt vor: die letzte Tabletteneinnahme sollte **spätestens 3 Stunden vor** und dann wieder **frühestens 2 Stunden nach** dem Trinken der Reinigungslösung erfolgen. Beachten Sie bitte, dass es trotzdem zu einem Wirkungsverlust von Medikamenten kommen kann (z. B. Antibabypille, hier bedarf es in jedem Fall zusätzlich alternativer Verhütungsmethoden). Wenn Sie **gerinnungshemmende Medikamente** (v. a. Marcumar, Pradaxa, Xarelto, Eliquis, Brilique, Heparin, Plavix, Iscover, Clopidrogel, Aggrenox, Lixiana) einnehmen, sprechen Sie uns bitte mindestens **14 Tage vor der Darmspiegelung** an, damit wir mit Ihnen das weitere Vorgehen planen können.

## Am Tag der Darmspiegelung

Bitte **kein Frühstück** einnehmen, erlaubt sind oben genannte Getränke. Lösen Sie bitte **6 Stunden vor dem geplanten Untersuchungstermin** den **zweiten Beutel** des Pulvers wieder in 150 ml Leitungswasser auf, stellen die Lösung für 15 Minuten in den Kühlschrank und trinken diese dann innerhalb von **2 – 5 Minuten** vollständig. Anschließend bitte wieder **30 Minuten warten**. Dann müssen Sie **innerhalb von 2 Stunden erneut mind. 3 Liter Flüssigkeit** Ihrer Wahl trinken. Erlaubt sind weiterhin Leitungswasser, Mineralwasser, Tee, Kaffee, verdünnte Fruchtsäfte, klare Suppen. Ungefähr 4 Stunden vor der Untersuchung sollten Sie mit dem Trinken fertig sein. Ab diesem Zeitpunkt nehmen Sie bitte keine weitere Flüssigkeit mehr zu sich.

Eine optimale Darmreinigung ist erreicht, wenn Sie als **Stuhlgang nur noch klare bis allenfalls hell – gelbliche Flüssigkeit** absetzen. Eine dunklere Farbe oder feste Bestandteile sprechen für eine unzureichende Reinigung mit den oben genannten ungünstigen Folgen. Dies sollte unbedingt vermieden werden ! Informieren Sie uns bitte bei Ankunft in der Praxis immer darüber, ob Sie die Darmreinigung vollständig durchgeführt haben und wie der letzte Stuhlgang aussah. Wenn nötig, können dann evtl. noch weitere Maßnahmen (z. B. Einläufe) zur Verbesserung der Darmreinigung in der Praxis durchgeführt werden.

Denken Sie bitte daran, sich für die Untersuchung ein **großes Badehandtuch** sowie ein **normales Handtuch** mit zu bringen. Bitte verzichten Sie am Untersuchungstag auf **Lippenstift** und **Nagellack** und lassen Sie alle nicht unbedingt notwendigen **Wertgegenstände** (z. B. Schmuck, Piercings, Geldbörse) zu Hause.

Sollten sie zum Untersuchungszeitpunkt mit Heparinspritzen behandelt werden, dürfen Sie **am Tag der Darmspiegelung kein Heparin** spritzen !

Für weitere **Fragen** stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung (Telefon: 06021 / 20252).

Ihr Praxisteam