

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen ist eine Darmspiegelung (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.

Sollten Sie an einer **schweren Leber-, Nieren- oder Herzerkrankung**, Elektrolytveränderungen (Störung der Salzkonzentration) in Ihrem Blut bzw. **Aszites** (Bauchwasser) leiden, **schwanger** sein, **stillen** oder eine **Allergie** gegen eine der Bestandteile der Lösung bekannt sein, informieren Sie uns bitte rechtzeitig, da dieses Präparat zur Darmreinigung dann unter Umständen nicht eingesetzt werden kann !

### **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 Tages dann soviel **klare Getränke** wie möglich. Zum **Mittagessen** sollten Sie bitte nur noch **flüssige oder breiige Kost** zu sich nehmen (z. B. Suppen, Pudding, Püree).

Mit dem Abführen sollten Sie zwischen **17.00 und 18.00 Uhr** beginnen. Dazu bereiten Sie bitte die Abführlösung wie folgt vor: gießen Sie den Inhalt **einer Flasche Eziclen** in den beigegefügteten Dosierbecher und füllen diesen dann bis zur Markierung mit Wasser auf. Rühren Sie die Lösung um. Trinken Sie bitte die hergestellte Reinigungslösung zu dem o. g. Zeitpunkt **langsam über 30 – 60 Minuten** (nicht schneller!). Am Ende dieses Informationsblattes finden Sie Vorschläge, die Ihnen das Trinken der Eziclenlösung erleichtern.

Nachdem Sie die Eziclenlösung vollständigem getrunken haben, trinken Sie bitte unbedingt **mindestens 1,5 Liter, besser 2 Liter klare Flüssigkeit** (z. B. Wasser, Tee, Erfrischungsgetränke, Fruchtsäfte ohne Fruchtfleisch, alkoholfreies Bier oder klare Suppen. Bitte nur Getränke ohne Kohlensäure verwenden !) **verteilt über 1 – 1,5 Stunden** (nicht schneller !). Dies ist notwendig, um den Erfolg der Darmreinigung zu gewährleisten sowie dem Körper wieder Flüssigkeit zuzuführen, die er während des Abführens verliert. Die abführende Wirkung setzt meist innerhalb der ersten Stunde nach Beginn der Abführmaßnahme ein. Leichte **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 o. a.) einnehmen, sprechen Sie uns bitte mind. **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.

Bereiten sie die **zweite Flasche Eziclen** in gleicher Weise wie oben beschrieben ca. 6 Stunden vor dem geplanten Untersuchungstermin vor (..... Uhr). Trinken sie die Reinigungslösung wieder langsam über 30 – 60 Minuten (nicht schneller !) sowie anschließend **mindestens 1,5 Liter, besser 2 Liter klare Flüssigkeit** (s. o.) **verteilt über 1 – 1,5 Stunden** (nicht schneller !). Leichte **körperliche Bewegung** während der Vorbereitung verbessert die Qualität der Darmreinigung. Spätestens 4 Stunden vor der Untersuchung sollten Sie mit dem Trinken fertig sein. Ab diesem Zeitpunkt nehmen Sie bitte auch keine anderen Flüssigkeiten 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 gar 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 gesamte Reinigungslösung trinken konnten und wie der letzte Stuhlgang aussah. Wenn nötig, können dann 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 !

### **Maßnahmen die das Trinken der Eziclenlösung erleichtern können.**

- Setzen Sie Eziclen mit kaltem, **kohlensäurefreiem** Wasser aus dem Kühlschrank an.
- Verwenden Sie zum Ansetzen der Eziclenlösung Wasser mit etwas Zitronensaft oder alternativ anstatt von Wasser Apfelschorle bzw. klare, helle Limonade / Saft (unbedingt nur **kohlensäurefreie** Getränke verwenden !).
- Lutschen Sie während des Trinkens der Eziclenlösung ein Bonbon oder lutschen Sie an einer Zitrone.
- Trinken sie nach einem Glas Eziclen einen **kleinen Schluck** Saft (am bestem Grapefruit- oder Apfelsaft). Bitte nur so wenig wie möglich dazu trinken, da sonst die Eziclenlösung verdünnt wird und die Reinigungswirkung nachlässt.
- Morgens ca. 30 Minuten vor dem Trinken der Eziclenlösung eine Tasse (nicht mehr !) warmen, hellen Tee oder eine Tasse **klare** warme Brühe trinken.

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

Ihr Praxisteam