

## Leitfaden für die effektive Vorbereitung zu Ihrer Koloskopie

Informationen, Anleitungen und Antworten auf Ihre Fragen

### Sehr geehrte Patientin! Sehr geehrter Patient!

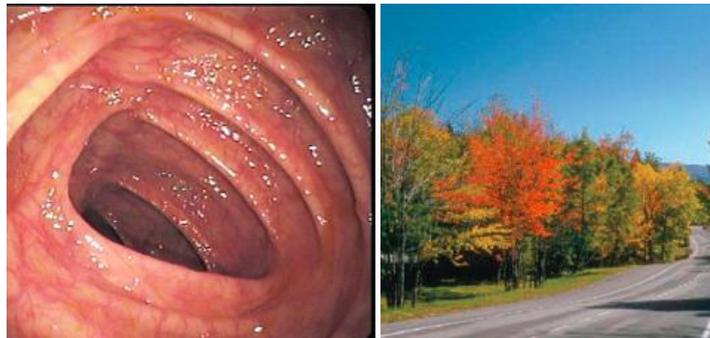
Sie sind für eine Darmspiegelung (Koloskopie) in unserer Klinik angemeldet. Für das Gelingen einer Darmspiegelung ist ein sauberer Darm eine Grundvoraussetzung. Sie haben dafür ein Vorbereitungsschema von uns erhalten. Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen weitere Tipps geben, damit Ihre Vorbereitung zur Koloskopie möglichst effektiv ist und die Abführung einen sauberen Dickdarm für die Untersuchung sichert. Diese Broschüre wurde laut Rückmeldungen von Patienten zusammengestellt, die bereits eine Koloskopie hatten. Sie wurden nach eventuellen Verwirrungen und Schwierigkeiten bezüglich der Vorbereitung gefragt. Bitte, lesen Sie diese Broschüre durch.

### Warum ist ein sauberer Darm für die Untersuchung so wichtig?

Das Ziel der Darmspiegelung ist, Läsionen (wie z.B. Polypen, Tumore) zu entdecken. Dafür ist eine sichere Beurteilbarkeit der Darmschleimhaut entscheidend. Ist der Darm mit Stuhlresten verschmutzt, kommt es auch zu einer längeren und unangenehmeren Untersuchung. Bei nicht abwaschbaren Verschmutzungen soll sogar ein anderer Termin für die Untersuchung mit erneuter Abführung geplant werden.

Ein sauberer Dickdarm bedeutet für uns wie das Fahren auf einer Strasse bei sonnigem Wetter. Im Kontrast dazu ist der verschmutzte Dickdarm wie Fahren in einem Schneesturm.

Sauberer Dickdarm



Verschmutzter Dickdarm



**Wie wird Ihr Dickdarm sauber?**

Über das Prozedere der Abführung haben Sie eine detaillierte Anleitung bekommen. Für die optimale Darmvorbereitung sind der Tag vor der Untersuchung und der Tag der Untersuchung wichtig. Hier finden Sie schematisch zusammengefasst, was Sie an diesen Tagen tun sollen:

**Am Tag VOR der Untersuchung**



**08:00: 2 Tabletten Dulcolax**

Ab jetzt nur klare Flüssigkeit  
Keine festen Nahrungsmittel



**Trinken**  
4 Glas klare Flüssigkeit



**12:00: Darmvorbereitung mit Picoprep 1. Sacht**

Von jetzt an sollen Sie in der Nähe einer Toilette bleiben

12:30-16:30: jede Stunde mind. ½ Liter klare Flüssigkeit



**18:00: Darmvorbereitung mit Picoprep 2. Sacht**

18:30-22:30: jede Stunde mind. ½ Liter klare Flüssigkeit



**Am Tag der Untersuchung**



Nur klare Flüssigkeit in jeder Menge  
bis 2 Stunden vor Untersuchung  
Keine festen Nahrungsmittel  
bis zur Untersuchung



**Trinken**  
klare Flüssigkeit



**Untersuchung**

Normale Kost

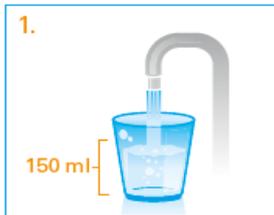


**Trinken**  
klare Flüssigkeit



Normale Kost

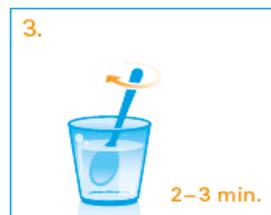


**Wie bereite ich die Picoprep-Lösung für die Abführung vor?**

Füllen Sie ein Glas mit 150 ml kaltem Wasser



Entleeren Sie den Inhalt des Sachets in das Glas



Rühren Sie 2-3 Min. um. **Kein Bodensatz.** Trinken Sie die Lösung.

Wenn es Ihnen lieber ist, können Sie die milchige Lösung abgekühlt trinken.



Trinken Sie  $\frac{1}{2}$  Liter klare Flüssigkeit in jeder Stunde, 4 Stunden lang

## Was bedeutet klare Flüssigkeit?

Wie Sie früher lesen konnten, sollen Sie nur „klare Flüssigkeit“ während der Vorbereitung zur Untersuchung trinken. Hier einige Tipps, was Sie zu sich nehmen können.



Es ist Orangensaft. Sie dürfen ihn NICHT zu sich nehmen.



Es ist Ananassaft. Sie dürfen ihn NICHT zu sich nehmen.



Es ist Apfelsaftsft. Sie dürfen ihn zu sich nehmen.

**Was Sie noch trinken dürfen, sind**



Sirup mit Sodawasser



Mineralwasser



Kaffee ohne Milch



Isotonischer Energiedrink



Apfelschorle



Tee ohne Milch

**Was sollen Sie NICHT trinken?**



Kaffee mit Milch



Milch



Milchshake

Zwar sind alkoholische Getränke klare Flüssigkeiten, sollen aber während der Darmvorbereitung vermeiden werden, da sie zur Austrocknung führen können.

**Was können Sie während der Darmvorbereitung essen?**



Honig



Klare Suppe



Eis am Stiel



Hartbonbons

**Was dürfen Sie NICHT während der Darmvorbereitung essen?**



Brot, Backwaren, Nudeln



Suppe mit Einlage



Fleischwaren



Käse und Milchprodukte



Gemüse



Obst

**Wie können Sie wissen, dass die Darmvorbereitung erfolgreich ist?**

Sie sollen den Stuhl anschauen, ob er so ist, was Sie gegessen und getrunken haben, d.h. klar und ohne festen Bestandteile. Sie können sicher sein, dass die Darmvorbereitung erfolgreich war, wenn der Stuhl gelblich, flüssig und klar ist.



Dunkel  
und  
trüb

Braun  
und  
trüb

Hellbraun  
und  
halbklar

Orangefarbig  
und  
meist klar

Gelb und klar  
wie Urin

Noch  
nicht gut

Noch  
nicht gut

Noch  
nicht gut

Fast richtig

**RICHTIG**