



## Vorbereitung mit PICOPREP®

Liebe Patientin, lieber Patient,

damit wir bei Ihrer Darmspiegelung (Koloskopie) nichts übersehen, ist es wichtig, dass Sie folgendes Vorgehen beachten:

### 1. Allgemeine Empfehlungen vor der Koloskopie

#### ► **5 Tage vor der Untersuchung**

- Sie sollten **kein kernhaltiges Obst** und **Gemüse** mehr essen, z.B. Weintrauben, Kiwis, Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Tomaten oder Gurken.
- Sie sollten auch **keine Nüsse** und auch **keine Körner**, z.B. Leinsamen, Sesam, Müsli, kein grobkörniges Brot und kein Schwarzbrot mehr essen.
- Essen Sie feingemahlene**s Roggenmischbrot** oder **Weißbrot**

#### ► **3 Tage vor der Untersuchung**

- Sie sollten keine Blattsalate, kein Paprika, keine Pilze, keinen Blattspinat, keinen Spargel, keinen Rhabarber und keinen Porree mehr zu sich nehmen.

#### ► **1 Tag vor der Untersuchung**

- **morgens**: normales Frühstück mit feingemahlendem Roggenmischbrot oder Weißbrot.
- **Butter** bzw. **Margarine** nur sehr dünn aufstreichen.

#### ■ **Danach keine feste Kost bis zur Untersuchung**

#### ■ **Klare Getränke (insgesamt 3-4 Liter), siehe Rückseite**

- **mittags**: klare Brühe ohne Inhalt.

#### ► **Sollten Sie Tabletten einnehmen**, dann nehmen Sie diese in einem größeren Abstand zu den Abführmaßnahmen ein:

- morgens am Vortag, mittags am Vortag 2 Stunden vor Beginn der Abführmaßnahmen, abends am Vortag kurz vor dem Einschlafen und am Untersuchungstag kurz vor der Untersuchung.
- Die Pille nehmen Sie möglichst in einem größeren Abstand zu den Abführmaßnahmen ein. Sie sollten auf jeden Fall zusätzliche Verhütungsmittel (z.B. Kondom) bis zur nächsten Monatsblutung verwenden.
- **5 Tage vor der Untersuchung** nehmen Sie keine Eisenpräparate, kein Mesalazin-Granulat und keine Prostatakapseln ein.
- **3 Tage vor der Untersuchung** nehmen Sie kein Metformin ein.
- **Insulinpflichtige Patienten** nehmen ihr Basisinsulin weiter. Das kurz wirksame Insulin wird, so lange keine kohlenhydrathaltige Kost zu sich genommen wird, abgesetzt.
- Das spezielle Vorgehen bei gerinnungshemmender Therapie wird Ihnen im Vorgespräch genau erklärt.

#### ► **Sorgen Sie sich nicht, wenn Sie erst nach 2 Stunden bzw. nur wenige Male die Toilette aufsuchen müssen.** Ihr Darm wird sauber sein.

#### ► **Kommen Sie in bequemer Kleidung** (z.B. T-Shirts, Strümpfe/Socken (keine Seidenstrümpfe), bequeme Hose (z.B. Jogginghose o.ä.). Lassen sie möglichst Ihren Schmuck zuhause.

#### ► Die Darmreinigung ist abgeschlossen, wenn Sie nur noch **klare und leicht gelblich gefärbte Flüssigkeit** abführen.

**Die Zubereitungs- und die Einnahmebeschreibung von PICOPREP® finden Sie auf der Rückseite!**

**Viel Erfolg wünscht Ihnen Ihr Praxisteam**

## Getränke:

- **Erlaubt:** stilles Wasser, Kräuter- /Früchtetee, klarer Apfelsaft (Ausnahme: Diabetiker).
- **In Maßen:** Kaffee (ohne Milch) und schwarzer Tee (ohne Milch)
- **Nicht erlaubt:** Milch, Milchprodukte, trübe Säfte, kohlenensäurehaltige Getränke

## 2. Die Einnahme des Darmreinigungsmittels PICOPREP®

### ► 1 Tag vor der Untersuchung

► am \_\_\_\_\_ um \_\_\_\_\_ Uhr:

- Nehmen Sie den **1. Beutel PICOPREP®** zu sich (**Zubereitung: sehen Sie unter Punkt 3**)
- Nach einer **30 minütigen** Trinkpause trinken Sie stündlich mind. 500 ml klare Flüssigkeit solange noch Darmentleerungen auftreten, mind. 2 Liter.

► am \_\_\_\_\_ um \_\_\_\_\_ Uhr:

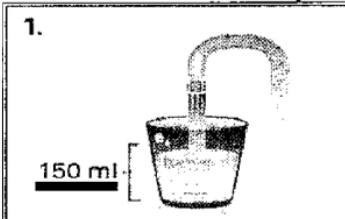
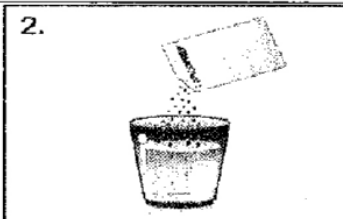
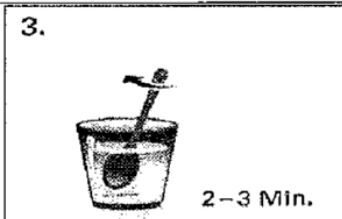

- Nehmen Sie den **2. Beutel PICOPREP®** zu sich (**Zubereitung: sehen Sie unter Punkt 3**)
- Nach einer **30 minütigen** Trinkpause trinken Sie stündlich mind. 500 ml klare Flüssigkeit solange noch Darmentleerungen auftreten, mind. 2 Liter.

### ► Am Untersuchungstag

► am \_\_\_\_\_ um \_\_\_\_\_ Uhr:

- Nehmen Sie den **3. Beutel PICOPREP®** zu sich (**Zubereitung: sehen Sie unter Punkt 3**)
- Nach einer **30 minütigen** Trinkpause trinken Sie stündlich mind. 500 ml klare Flüssigkeit solange noch Darmentleerungen auftreten, mind. 2 Liter.

## 3. Die Zubereitung von PICOPREP®

<p>1.</p> 	<p>2.</p> 	<p>3.</p> 	<p>4.</p> 
<p>Füllen Sie ein Glas mit <b>150 ml</b> kaltem Wasser.</p>	<p>Entleeren Sie den Inhalt eines Beutels in das Glas.</p>	<p>Rühren Sie <b>2-3 Minuten</b> um. Die milchige Lösung kann sich leicht erwärmen. Trinken Sie die Lösung sofort, so dass auch ein eventuell auftretender Bodensatz mit getrunken wird. Nur wenn die Lösung heiß werden sollte, lassen Sie sie soweit abkühlen, dass sie getrunken werden kann. <b>Halten Sie nach der Einnahme von Picoprep® eine Trinkpause von 30 Minuten ein.</b></p>	<p>Trinken Sie anschließend <b>stündlich mind. 500ml klare Flüssigkeit</b> bis keine Darmentleerung mehr auftritt, <b>auf keinen Fall weniger als 2 Liter</b> Flüssigkeit nach Picoprepeinnahme. Wenn Sie weniger trinken, ist die Darmreinigung nicht ausreichend und wir können Ihre Darmschleimhaut nicht sicher beurteilen.</p>