



Verhaltensmaßnahmen vor der Coloskopie

Ziel einer optimalen Coloskopie-Vorbereitung ist es, den Dickdarm von sämtlichen Stuhlresten zu befreien. Ist dies nicht der Fall muss die Untersuchung unnötig verlängert, oder sogar abgebrochen werden. Um eine möglichst schonende und kurzweilige Untersuchung gewährleisten zu können, ist es notwendig, gewisse Verhaltensmaßnahmen einzuhalten:

Ernährung:

3-5 Tage vor der Untersuchung sollen keine Vollkornprodukte, kernhaltige Obst- und Gemüsesorten (z.B. Tomaten, Kiwis, Erdbeeren) und keine faserreichen Lebensmittel (Blattsalat, Pilze, Zwiebel) gegessen werden. Klare Flüssigkeiten ohne Kohlensäure sind bereits in den Tagen vor der Untersuchung vorteilhaft.

Am Tag vor der Untersuchung kann ein leichtes Frühstück (Toastbrot mit Butter) gegessen werden, während der gesamten Vorbereitungszeit kann klare Suppe (ohne Einlage) getrunken werden.

Ab dem Zeitpunkt der ersten Einnahme der Vorbereitungslösung soll keine feste Nahrung mehr aufgenommen werden.

Für Diabetiker*innen besteht aufgrund der langen Nüchternheit die Gefahr einer Unterzuckerung. Deshalb ist es wichtig, keine Diabetesmedikamente einzunehmen.

Am Untersuchungstag bitte keine Blutzuckermedikamente einnehmen und kein Insulin spritzen! Wir führen selbstverständlich vor, während und nach der Untersuchung eine Blutzuckerkontrolle bei unseren Patient*innen mit Diabetes mellitus durch.

Trinken ist während des gesamten Vorbereitungsprozesses erwünscht! Hierbei sind Getränke ohne Kohlensäure (z.B. stilles Wasser, Tee, schwarzer Kaffee), klare Suppe erlaubt. Nicht getrunken werden dürfen Milch und Milchprodukte, Sojagetränke, Fruchtsäfte mit Fruchtfleisch. Es wird empfohlen, während des Vorbereitungsprozesses mindestens 2-3 Liter täglich zu trinken, um den Flüssigkeitsverlust des Körpers auszugleichen. Außerdem trägt viel klare Flüssigkeit positiv zur Darmreinigung bei, da ein Spüleffekt erzielt wird.



Medikamenteneinnahme:

Medikamente können während des Vorbereitungsprozesses und am Tag der Untersuchung eingenommen werden. Es kann jedoch durch die Darmreinigung dazu kommen, dass die Wirkung einiger Medikamente eingeschränkt oder aufgehoben wird (z.B. Verhütungspille). Beim ärztlichen Vorbereitungsgespräch wird Ihre Dauermedikation erhoben und besondere Verhaltensmaßnahmen bezüglich der Medikamenteneinnahme werden, wenn erforderlich, besprochen (z.B. Medikamente für die Blutgerinnung werden umgestellt oder pausiert).

Darmreinigung mit Pico Prep®:

Am Tag vor der Untersuchung beginnt die eigentliche Vorbereitung für die Coloskopie (Darmreinigung):

- **Ca. 18 Stunden vor der Untersuchung** (Am Vortag): Lösen Sie den Inhalt des **ersten Beutels** Pico Prep® in einer Tasse kalten Wassers (ca. 150 ml) auf und verrühren Sie die Lösung etwa 2-3 Minuten. Danach trinken Sie ihn, zusätzlich dazu wird empfohlen **viel klare Flüssigkeit zu trinken!**
- **Ca. 6 Stunden vor der Untersuchung** (Am Tag der Untersuchung): Lösen Sie den Inhalt des zweiten Beutels auf gleiche Weise wie den Ersten auf und trinken Sie ihn. Zusätzlich viel klare Flüssigkeit trinken!

Sobald Sie mit der Darmreinigung begonnen haben, müssen Sie jederzeit mit häufigen, dünnflüssigen Stuhlentleerungen rechnen.

Nach optimaler Vorbereitung ist Ihr Darmwasser **klar und durchsichtig!**

Sie bekommen für die Coloskopie eine Einmal-Untersuchungshose von uns, die Sie während der gesamten Darmspiegelung tragen können!

Bitte beachten Sie, dass Sie nach einer Sedierung 24h kein Kraftfahrzeug und keine Maschinen lenken, sowie keine Verträge unterschreiben dürfen! Wir empfehlen eine Person mitzubringen, die Sie nach der Untersuchung nach Hause begleiten kann.