



Darmvorbereitung mit Clensia®

Für die Darmspiegelung ist es wichtig, dass Ihr Darm vollständig sauber ist. Körner, Kerne und Fasern verstopfen das Untersuchungsgerät und führen zum Untersuchungsabbruch.

Falls Sie **Blutverdünner, Diabetes-Medikamente / Insulin** oder **Antiepileptika** benötigen, **klären Sie die korrekte Einnahme frühzeitig mit dem Hausarzt** oder uns ab.

Falls sie zur **Verstopfung oder harten Stuhl** neigen, nehmen Sie schon fünf Tage vor der Koloskopie täglich 2 Movicol Sachets ein. Falls sie zu rascher Übelkeit neigen, nehmen sie 30 Minuten vor der Abführtherapie ein Medikament gegen Übelkeit ein (z.B. Motilium®).

Ab 4 Tage vor der Untersuchung

Keine kernhaltigen oder stark faserigen Nahrungsmittel.

Erlaubt: Essen Sie Weissbrot, Poulet, Fleisch, Fisch, Milchprodukte, Eier, Kartoffelstock, Reis, Pasta.

Nicht erlaubt: Vollkornbrot, Müsli, Weintrauben, Tomaten, Flohsamen, Nüsse, Pilze, Spargeln, Rohkost, Salate, Feigen, Wildreis. Alle diese Nahrungsmittel enthalten Kerne oder schwer verdauliche Faserstoffe, die im Darm länger zurückbleiben und ein Absaugen von Restverschmutzungen verunmöglichen.

1 Tag vor der Untersuchung

Ein kleines Frühstück vor 08:00 Uhr: z.B. etwas Weissbrot, Butter, Honig, kernfreie Konfitüre. Kaffee (ohne Milch), Tee. Nehmen Sie die gewohnten Medikamente ein (Blutverdünner und Diabetes-Medikamente / Insulindosis frühzeitig mit Arzt vorbesprechen!). Kein Müesli, kein Vollkornbrot, kein Obst, kein Gemüse!

Danach keine feste Nahrung mehr einnehmen.

Ab 12:00 keine grossen Mengen zucker- oder pigmenthaltige Getränke (Cola, Bier, Rotwein etc.) mehr zu sich nehmen. Trinken Sie nur stilles Mineralwasser oder Tee – ohne Milch, wenig Zuckerzusatz ist erlaubt, 1 Tasse klare Bouillon ist erlaubt (diese muss aber durch ein Milchsieb!).

Ab 16:00-18:00 Uhr: Füllen Sie 1 Liter Wasser in ein Gefäss und geben Sie Clensia® 2 Beutel A-gross und 2 Beutel B-klein hinzu, gut verrühren. Trinken Sie alle 15 bis 30min zwei Gläser (à ca. 250ml) innerhalb von 2 Stunden. Danach trinken Sie mindestens ½ l klare Flüssigkeit.

Folgende Massnahmen können gegen den unangenehmen Geschmack und Übelkeit helfen: Abführlösung kühl trinken, nicht zu schnell trinken; zwischendurch z.B. Kaugummi, Bonbons, Zitronen- oder Orangenscheiben lutschen, Pfefferminztee trinken.

Am Untersuchungstag

4 Stunden vor dem Untersuchungstermin:

Wiederholen Sie das Vorgehen mit Clensia® 2 Btl A-gross + und 2 Btl B-klein in 1l Wasser) und trinken Sie diese Lösung innerhalb von 2h (alle 15-30min 2 Gläser). Danach trinken Sie mindestens ½ Liter klare Flüssigkeit. Dies sollte **bis 2h vor dem Termin fertig** sein (danach dürfen Sie bis nach der Untersuchung nichts mehr einnehmen). Der Stuhlgang sollte flüssig und relativ klar sein (wenn auch die Flüssigkeit noch etwas gefärbt sein kann).

Am Untersuchungsmorgen lassen Sie Ihre Medikamente (Blutdruckmedikamente, Cholesterinsenker, Diabetestabletten etc.) weg, ausser Ihr Arzt instruiert Sie anderweitig.

Nach der Untersuchung

Organisieren Sie einen Transport für die Heimfahrt. Am Tag des Eingriffes gelten sie vor Gesetz als nicht geschäftsfähig und dürfen weder Auto fahren noch Maschinen bedienen.