

## VORBEREITUNG ZUR DARMSPIEGELUNG MIT PLEINVUE

Liebe PatientInnen,

um optimale Untersuchungsbedingungen für die geplante Darmuntersuchung zu haben, ist es dringend notwendig, dass Sie die folgenden Ernährungsempfehlungen befolgen, und die Darmspüllösung wie beschrieben einnehmen!

Untersuchungstermin am:

um:

### 3 TAGE VOR DER UNTERSUCHUNG

Drei Tage (bei ausgeprägter Verstopfung besser fünf Tage) vor der Untersuchung sollten folgende Nahrungsmittel vermieden werden:

- Lebensmittel mit Körner z.B. Vollkornbrot, Müsli, Mohn, Sesam, Leinsamen....
- Kernreiche Früchte z.B. Trauben, Kiwi, Tomaten, Gurken....
- Lebensmittel mit schlecht löslichen Schalen z.B. Mais, Paprika....

All diese Nahrungsmittel enthalten Kerne oder schwer verdauliche Faserstoffe, die im Darm zurückbleiben können und zu einer erschwerten Beurteilung führen können.

- Trinken Sie viel und nehmen Sie leichte Kost zu sich!

### 1 TAG VOR DER UNTERSUCHUNG

- Leichtes Frühstück z.B. Weißbrot, Zwieback, Butter, Konfitüre ohne Kerne, Honig, Naturjoghurt
- Mittags nur mehr breiige Kost, klare Suppen. Keine feste Kost mehr!

#### Dosis 1

am:

um:

- Füllen Sie den Inhalt von Dosis 1 in ein Gefäß. Geben Sie 0,5 L Wasser hinzu. Verrühren Sie das Ganze, bis die Flüssigkeit nahezu klar ist (dies kann einige Minuten dauern). Die Trinklösung schmeckt gekühlt am besten.
- Trinken Sie die Trinklösung innerhalb von 30 Minuten!
- Anschließend sollten Sie mindestens 500 ml Flüssigkeit in 30 Minuten nachtrinken (Tee, Wasser, klare Suppen...) keine Getränke mit Kohlensäure oder Milch!

#### Dosis 2 (Beutel A und B)

am:

um:

- Füllen Sie den Inhalt von Dosis 2 (Beutel A+B) in ein Gefäß. Geben Sie 0,5L Wasser hinzu. Verrühren Sie das Ganze, bis die Flüssigkeit nahezu klar ist (dies kann einige Minuten dauern). Die Trinklösung schmeckt gekühlt am besten.
- Trinken Sie die Trinklösung innerhalb von 30 Minuten!
- Anschließend sollten Sie mindestens 500 ml Flüssigkeit in 30 Minuten nachtrinken (Tee, Wasser, klare Suppen...) keine Getränke mit Kohlensäure oder Milch!

Nach der Darmreinigung sollte der Stuhl klar wie „Kamillentee“ sein.

Bis 2 Stunden vor der Untersuchung können Sie noch Flüssigkeit zu sich nehmen.

Nach der Untersuchung dürfen Sie **NICHT** selbst ein Fahrzeug lenken, bitte sorgen Sie dafür, dass Sie abgeholt werden

