GastroEnterologie
Starnberger See

Dr. J. Weber-Guskar ***Internist – Gastroenterologe***
Im Ärztehaus am Benedictus Krankenhaus Tutzing

Bahnhofstr.7
82327 Tutzing
Telefon 08158/906242
Telefax 08158/906243
praxis@weber-guskar.de
www.weber-guskar.de

DARMREINIGUNGSANLEITUNG VOR DER DARMSPIEGELUNG

Ihr vereinbarter Termin: _____

Bisacodyl-Tabletten-Einnahme (Laxans®): _____

Einnahme 1. Dosis Plenvu®: _____

Einnahme 2. Dosis Plenvu®: _____

1. 4-5 Tage vor der Untersuchung:

Sie sollten bereits jetzt schon an die Untersuchung denken und ***nicht*** mehr ganz *normal* essen: Bitte *vermeiden* Sie **schalen-, faser-, körner- und kernhaltige Speisen** (*z.B.* Mohn-, Sesam-, Vollkornsemmeln oder -brot, Trauben, Beeren, Tomaten, Kiwi, Zitrusfrüchte, Spargel, Salat, Kohl) und **Quellmittel** (*z.B.* Weizenkleie, Leinsamen, Flohsamen), sowie **Eisenpräparate**. Ich habe Ihnen einige Tipps zur Ernährung auf einem Extrablatt und auf meiner Internetseite zusammengestellt. *Wichtig:* Sollten Sie eine **Verstopfungsneigung** (Obstipation), **Diabetes mellitus** oder eine **Divertikulose** haben, teilen Sie uns dies bitte rechtzeitig mit! In diesem Fall werden Sie von uns zusätzlich Abführtabletten (*Tirgon*®-/Laxans®-Tabletten = Bisacodyl) erhalten.

2. Am Tag vor der Untersuchung:

- Zum **Frühstück** (spätestens 8:00 Uhr) dürfen Sie *nur* noch Weißbrot mit Gelee oder Honig (*keine* Marmelade) und/oder Quark und Joghurt (*ohne* Früchte) essen.
- Zum **Mittagessen** (spätestens 12:00 Uhr) bitte *nur* noch eine **klare** Brühe (*ohne* Einlage) essen.
- **Bitte ab jetzt bis zur Untersuchung nichts mehr essen!** Sie dürfen aber **jederzeit** – bis spätestens 2 Stunden vor Untersuchungsbeginn – **klare** Getränke (*z.B.* Wasser, Kräutertee mit Zucker oder Honig, helles Bier, Radler oder klarer Apfelsaft) zu sich nehmen.
  Wichtig: **Bitte keinen Kaffee, Malz- oder Weißbier, Rotwein oder andere dunkle, bzw. trübe Getränke mehr trinken!**
- Haben Sie von uns ***Laxans*®-Tabletten (=Bisacodyl)** ausgehändigt bekommen oder in der Apotheke selbst besorgt, nehmen Sie diese mit reichlich Wasser rund **5-7 Stunden vor Abführbeginn** (also ungefähr nach der klaren Brühe zum Mittagessen) ein.
- Zu der **oben angegebenen Einnahmezeit** beginnen Sie mit dem Trinken der ***Plenvu*®-Abführlösung** (siehe bitte „Herstellung der Trinklösung“ unten): Trinken Sie den **gesamten Inhalt der jeweiligen Dosis sowie zusätzlich 1 Liter klare Flüssigkeit** im Verlauf **1 bis 1,5 Stunden.**

Wichtig: **Beide Portionen Abführlösung müssen vollständig getrunken werden!**

3. Der Untersuchungstag:

- Trinken Sie bitte zur **oben angegebenen Zeit** die **gesamte zweite Dosis®** erst am **Morgen/Vormittag des Untersuchungstages (**3 bis 4 Stunden vor dem Termin)! (Mindest-Zeitabstand zwischen Einnahme der Spüllösung und der Untersuchung sind 2 Stunden!) Das Abführen war erfolgreich, wenn nur noch ***kamillenteeartige Flüssigkeit*** über den Darm entleert wird!

Wichtig: **Beide Portionen Abführlösung müssen vollständig getrunken werden!**

Herstellung der Trinklösung:

Das Abführpaket mit ***Plenvu®*** besteht aus 3 Beuteln mit ***einem*** **Beutel Dosis 1** und ***zwei*** **Beuteln Dosis 2 (A+B)**. Zunächst den Inhalt von **Dosis 1 Plenvu®** in einen Krug oder eine Flasche geben. Anschließend ½ Liter Leitungswasser zufügen und durch Umrühren oder Schwenken das Pulver vollständig auflösen (der Vorgang kann bis zu 8 Minuten dauern). Zur Geschmacksverbesserung kann die fertige Lösung gerne im Kühlschrank gekühlt werden. Auch die Zugabe klarer Säfte (bis zu 100 ml) oder einiger Spritzer Zitronensaft ist möglich. Bereiten Sie die **2. Dosis** (Achtung 2 Beutel!) der Abführlösung auf die gleiche Weise zu.

Das Abführen:

Trinken sie PLENVU® (langsam und schluckweise) und **mindestens 1 Liter klare Flüssigkeit** (Wasser, klare Säfte, Kräutertee mit Zucker oder Honig, helles Bier oder Radler) abwechselnd über einen Zeitraum von ca. 1 bis max. 1,5 Stunden. Sie können auch ein Bonbon lutschen.
Die Wirkung der Spülflüssigkeit kann bereits nach 15 – 30 Minuten einsetzen, lässt manchmal aber auch bis zu 2 oder gar 4 Stunden auf sich warten. Nach Beginn des Trinkens sollte jedenfalls eine Toilette erreichbar sein!
Nehmen Sie zur Reinigung Ihres strapazierten Darmausganges feuchtes Toilettenpapier und verwenden Sie bitte **keine Salben oder Cremes**.
Gelegentlich kann es während der Abführmaßnahmen zu Übelkeit, Erbrechen oder, ganz selten, zu krampfartigen Schmerzen im Bauchbereich kommen. Bitte rufen Sie mich bzw. mein Team in einem solchen Fall möglichst zeitnah an. Eine zusätzliche Gabe von einem Medikament gegen Übelkeit wäre dann günstig (*z.B.* Metoclopramid = *Paspertin®, MCP®*). Bei bereits bekannter Überempfindlichkeit sollte eine Tablette 20 Minuten vor jeder Dosis Spülflüssigkeit eingenommen werden. Sollten Sie grundsätzlich diese „Spülmittel“ mit Macrogol nicht vertragen, kontaktieren Sie uns – es gibt in *Ausnahmen* Alternativen (*z.B. Moviprep®*, *Citrafleet®, Picoprep®, auch in Kombination mit Bisacodyl)*.
Medikamente, die Sie wegen anderer Erkrankungen einnehmen, sollten spätestens ½ Stunde *vor* Trinkbeginn oder 1 Stunde *nach* dem zusammenhängenden Trinkintervall geschluckt werden. Eventuell kann die Wirksamkeit durch eine verminderte Aufnahme verringert sein (zu Bedenken auch bei der „Pille“!).
Grundsätzlich sollen Herz- und Blutdruckmedikamente **weiter** eingenommen werden! Ausnahmen können hier blutverdünnende Medikamente sein (bitte sprechen Sie Ihren Hausarzt oder mich darauf an).
Für Diabetiker gelten besondere Vereinbarungen, insbesondere bei Tabletten-Einnahme oder dem Spritzen von Insulin. Bitte sprechen Sie Ihren Hausarzt oder mich darauf an. Grundsätzlich jedoch **keine** Tabletten und **kein** Insulin, wenn nichts gegessen wird!
Haben Sie noch Fragen? Meine Praxismitarbeiterinnen stehen Ihnen gerne zur Verfügung!

Mit freundlichen Grüßen
Dr. J. Weber-Guskar

Sollten Sie den nur für Sie reservierten Termin nicht 48h vorher absagen, wird ein Ausfallhonorar gestellt!