

Darmvorbereitung zur Darmspiegelung mit Moviprep®

Ernährung vor der Koloskopie

5 Tage vor der Untersuchung

Datum: _____

Verzichten Sie auf alle Lebensmittel mit Samen und Kernen wie Trauben, Kiwi, Feigen, Beeren, Kaktusfrüchte, Tomaten, Leinsamen, Sesam sowie auf Gebäck und Gerichte mit diesen Zutaten.

3 Tage vor der Untersuchung

Datum: _____

Verzichten Sie jetzt zusätzlich auf Gerichte mit grob geschrotetem Getreide und Körnern, rohes Gemüse und Salat sowie auf Früchte und Gemüse mit Schalen und grobfasriger Struktur.

Geeignete Lebensmittel und Getränke

- Alle Getränke
- Feinfaserige Gemüse wie Rübli, Sellerie, Kohlrabi, Zucchini ohne Haut und Kerne, Kürbis sowie Früchte ohne Schale, gekocht oder püriert
- Tofu, Geflügel, magere Fleischsorten, Fisch, Käse -und Milchprodukte, Eier, Fleischersatzprodukte aus Erbsen- und Sojaprotein
- Gebäck aus Ruch- oder Weissmehl, Reis, Teigwaren aus Hartweizengriess, Griess, Reisteigwaren, Polenta fein, Kartoffelgerichte ohne Schale, Süsskartoffeln ohne Schale, Hirse, feine Haferflocken
- Wenn sie regelmässig lösliche Nahrungsfasern wie Flohsamenschalen oder Haferkleie, sowie Produkte, die daraus hergestellt sind (Metamucil, Mucilar), einnehmen, können sie dies weiter tun.

Am Tag **vor** der Untersuchung

Datum: _____

Trinken Sie den ganzen Tag viel klare Flüssigkeit: Wasser ohne Kohlensäure, Kräutertee, Apfelsaft, klare Bouillon. Trinken Sie keinen Alkohol, lutschen Sie zwischendurch Traubenzucker, wenn Sie Hunger haben.

Am Morgen	Tee, Kaffee mit wenig Milch, Toast aus Weissmehl, Honig, Magerquark oder Hüttenkäse.
Am Mittag	Klare Bouillon und Toast aus Weissmehl.
Um 16.45 Uhr	Falls Sie unter Übelkeit leiden, können Sie 15 Minuten vor der Einnahme des Movipreps eine Schmelztablette Motilium sublingual einnehmen.
Um 17.00 Uhr	Bereiten Sie 1 l Moviprep (Beutel A und B) zu und trinken Sie diesen innerhalb den nächsten zwei Stunden (kaltstellen). <i>Damit es angenehmer ist einzunehmen, können sie etwas Sirup oder Tee begeben.</i> Nehmen Sie anschliessend 5 dl - 1 l klare Flüssigkeit zu sich: Wasser, Kräutertee Apfelsaft oder klare Bouillon.
Am Abend	Wasser, Kräutertee, klare Bouillon, klarer Apfelsaft, Kaffee ohne Milch und 2 Dragées Dulcolax .

Am Untersuchungstag

Datum: _____ Zeit: _____

Essen Sie nichts mehr! Traubenzucker ist erlaubt. Bis 2 Stunden vor der Untersuchung sind klare Flüssigkeiten (Wasser ohne Kohlensäure, Kräutertee, klare Bouillon) erlaubt. Ab 2 Stunden vor der Untersuchung dürfen Sie nichts mehr trinken. Falls die Untersuchung nach 14.00 Uhr stattfindet, ist zum Morgenessen (bis 8.00 Uhr) ein Kaffee ohne Milch erlaubt.

Um _____ Uhr (ca. 4 - 5 Stunden vor Untersuchung)	Bereiten Sie 1 l Moviprep (Beutel A und B) zu und trinken Sie diesen in den nächsten eineinhalb Stunde. Tipp: Vorgängig kaltstellen. <i>Damit es angenehmer ist einzunehmen, können sie etwas Sirup oder Tee begeben.</i> Nehmen Sie anschliessend 5 dl - 1 l klare Flüssigkeit zu sich: Wasser, Kräutertee, Apfelsaft oder klare Bouillon.
---	---

Wichtige Informationen für Ihre Untersuchung bei uns

Um die Darmspiegelung möglichst einfach und aussagekräftig durchführen zu können, muss der Darm vor der Untersuchung vollständig von Stuhl gereinigt werden. Die abführende Wirkung des Abführmittels verursacht einen vorübergehenden Durchfall (ca. 30 Minuten bis 6 Stunden nach Einnahme). Nach der zweiten Einnahme sollten Sie wässrige und transparente (gelbliche) Flüssigkeit ausscheiden. Sollte dies nicht der Fall sein, melden Sie sich unbedingt in der Praxis. Ebenfalls melden sollten Sie sich, wenn Sie unter schwerer Obstipation (Verstopfung) leiden. Eventuell sind zusätzliche Massnahmen nötig.