

Vorbereitung zur Darmspiegelung mit Picoprep®

4 Tage vor der Untersuchung

Essen Sie keine Speisen mehr mit kleinen Kernen, wie zum Beispiel Trauben, Feigen, Tomaten, Kiwis, Konfitüre, Birchermuesli, Lauch, Leinsamen, Haferflocken, Nüsse oder Vollkornbrot (Untersuchungsgeräte können durch Kerne verstopft werden). Keine Pilz, kein Salat. Sie dürfen nur noch faserarme Kost zu sich nehmen, d.h. Weissbrot, Fleisch, Fisch, Kartoffeln, Reis, Teigwaren, Honig, Crèmesuppe.

Am Tag vor der Untersuchung

Bis am Mittag dürfen Sie leichte Kost wie Weissbrot, Margarine, Käse, Honig, Joghurt ohne Früchte, Poulet, Fisch, Kartoffelstock, Reis oder Teigwaren (nicht Vollkorn), Banane, Tofu, Toast essen und klare Flüssigkeit (Wasser, klare Suppe, Fruchtsäfte ohne Fruchtfleisch, Softdrinks, Tee/Kaffee) trinken. Ab 14 Uhr keine feste Nahrung mehr zu sich nehmen, aber viel Flüssigkeit trinken. Es ist nicht notwendig/sinnvoll am Tag vor der Untersuchung bereits zu fasten.

Zubereitung und Einnahme von Picoprep® am Tag vor der Untersuchung

- **Portion 1:** 1 Beutel Picoprep® in **1.5 dl** kaltem Wasser auflösen, umrühren. Zubereitete Lösung trinken. Anschliessend **5 × 2.5 dl** (1.25 Liter) klare Flüssigkeit (Wasser, Tee, Bouillon, Kaffee ohne Milch, Sirup, Softdrinks) innert 90 Minuten trinken.

Am Untersuchungstag

- **Keine Tabletten** am Untersuchungstag einnehmen. Falls Sie Medikamente zur Blutverdünnung oder Medikamente gegen hohen Blutzucker nehmen, besprechen Sie dies bitte mit uns oder Ihrem Hausarzt. Falls Sie inhalieren (z. B. bei Asthma oder COPD), tun Sie das weiter wie gewohnt.
- **Portion 2:** 1 Beutel Picoprep® in **1.5 dl** kaltem Wasser auflösen, umrühren. Zubereitete Lösung trinken. Anschliessend **5 × 2.5 dl** (1.25 Liter) klare Flüssigkeit innert 60 Minuten trinken.
- **Spätestens 2 Stunden vor der Untersuchung** Einnahme jeglicher Flüssigkeit beenden.

Aufteilung der Einnahme gemäss Uhrzeit Ihres Koloskopietermins

Aufteilung	Termin zwischen 8:00–9:10 Uhr	Termin zwischen 9:20–11:10 Uhr	Termin zwischen 11:20–13:40 Uhr	Termin zwischen 13:50–16:45 Uhr
Portion 1	Vorabend 18:00–19:00 Uhr	Vorabend 18:00–19:00 Uhr	Vorabend 18:00–19:00 Uhr	Vorabend 19:00–20:00 Uhr
Portion 2	Untersuchungstag 4:00–5:00 Uhr	Untersuchungstag 5:20–6:20 Uhr	Untersuchungstag 6:30–7:20	Untersuchungstag 9:00–10:00

Wichtig

- Nach Einnahme der 1. Portion tritt nach 1–3 Stunden Durchfall von 2–6 Stunden Dauer ein. Während und nach der Einnahme von Picoprep®: Gehen Sie umher (nicht hinlegen).
- Falls bei Einnahme von Portion 1 am Vorabend auch nach 3–4 Stunden keine Stuhlentleerung eintritt, trinken Sie am gleichen Abend Portion 2.
- Gegen Reizung des Afters: Fettende oder zinkhaltige Salbe auftragen.
- **1-2 Stunden vor der Untersuchung sollte der Stuhlgang nicht mehr braun sein, sondern eine gelb gefärbte Flüssigkeit (wie «Kamillentee»).** Es dürfen keine Stuhlreste mehr vorhanden sein (Flocken sind kein Problem). Ist dem nicht so, melden Sie sich bitte so rasch wie möglich bei uns. Es ist wichtig, dass Sie gut vorbereitet sind, damit Ihr Darm optimal beurteilt werden kann.
- Blutverdünnende Medikamente (Ausnahme Aspirin) sollten in der Regel einige Tage vor der Darmspiegelung abgesetzt werden. Wir bitten Sie, das Vorgehen frühzeitig mit Ihrem /r Arzt/Ärztin zu besprechen (mindestens 7-10 Tage vor der geplanten Untersuchung).
- Medikamente sollten 3 Stunden vor der ersten Dosis Picoprep® oder nach der Darmspiegelung eingenommen werden.
- Nach der Spiegelung (mit Schlafmittel) dürfen Sie während 12 Stunden nicht Auto fahren

Zubereitung

1.



Füllen Sie ein Glas mit 150ml kaltem Wasser.

2.



Entleeren Sie den Inhalt des 1. Beutel PICOPREP® in das Glas.

3.



2–3 Min.

Rühren Sie 2-3 Minuten um. Beim Rühren wird die Lösung warm, Sie können etwas warten bis diese abgekühlt ist oder einen Eiswürfel dazugeben. Danach Trinken Sie die Lösung.

WICHTIG! Trinken Sie nach der Einnahme von PICOPREP® über mehrere Stunden verteilt mindestens 5x 250ml klare Flüssigkeit. Dies können klare Fruchtsäfte (ohne Fruchtfleisch), Erfrischungsgetränke, klare Suppen, Tee, Kaffee (ohne Milch) oder Wasser sein.
Trinken Sie nicht nur Wasser!