Dr. med. Wolfgang Spitz
Dr. med. Ulrich Möhler
Dr. med. Ulrich Graefe
Dr. med. Christoph Sailer
Dr. med. Alexander Amann
Sandra Pfaffenbach
Dr. med. Michael Böhmig

Dr. Spitz & Kollegen
Gastroenterologie - Krumme Lanke

Einnahmeanweisung PICOPREP®

Ihr Termin für die Koloskopie (Untersuchung findet im 3.OG statt)

Datum: Uhrzeit:

Liebe Patientin, lieber Patient,

für die Darmspiegelung ist es wichtig, dass Ihr Darm vollständig sauber ist. Bitte halten Sie dazu diese Anleitung möglichst genau ein. Den in der Präparatepackung enthaltenen Beipackzettel sollten Sie bzgl. des Einnahmeschemas nicht verwenden, da wir davon mit unserer Empfehlung zur Erzielung eines optimalen Reinigungsgrades in mehreren Punkten abweichen.

Allgemeine Empfehlung vor der Koloskopie:

Drei Tage vor der Untersuchung folgendes beachten:

Grundsätzlich gilt, dass ballaststoffreiche faserhaltige Kost und Körner sowie verkleinerte Nüsse manchmal trotz intensiver Reinigung mit dem Abführmittel besonders lange im Darm verbleiben. Insofern sollte ballaststoffreiches faserhaltiges (gilt auch für Schalen) Obst und Gemüse 3 Tage vor der Untersuchung vermieden werden. Besonders gilt dies für Müsli und körnerhaltiges Brot sowie Nüsse. Gekochtes Gemüse ist in der Regel kein Problem, sofern keine Schalen oder Fasern beim Kochvorgang verbleiben. Spargel, Pilze, Tomaten mit Schalen, Linsen und Bohnen sind als problematisch anzusehen. Nudeln, Reis, Kartoffeln, gekochte Zucchini, Karotten, Kürbis, Wurst, Käse, Fleisch, Fisch, Soja, Tofu sowie Quark und Joghurt, Marmelade und Honig, normales Brot und Kuchen sowie Kekse sind in den 3 Tagen vor der Untersuchung problemlos möglich.

Mindestens 6 Stunden vor Einnahmebeginn von Picoprep®:

Am besten 6 h vor Beginn der eigentlichen Darmreinigung, mindestens aber 3 h vorher sollte die Aufnahme fester Nahrung beendet werden. Klare Getränke (lichtdurchlässig) können unbedenklich getrunken werden, Zucker oder Kohlensäure in den Getränken stellt kein Problem dar. Auch geringe Mengen Alkohol sind kein Problem. Dies gilt ebenso für klare Suppen. Lediglich große Mengen roter Getränke (z.B. Johannisbeersaft, Früchtetee) sollten vermieden werden. Normale Zugabe von Milch in Kaffee oder Tee stellen kein Problem dar. Traubenzucker, Bonbons, Gummibärchen oder Fruchteis sind jederzeit bis 1 h vor dem Termin möglich. Die Aufnahme von Flüssigkeiten sollte spätestens 2 h vor Beginn des Untersuchungstermins beendet werden.

Keine Eisenpräparate einnehmen!

bitte wenden

Variante 1, wenn Sie gut trinken können

Liegt Ihr Termin am früheren Vormittag, also bis ca. 10:00 Uhr, macht es Sinn die gesamte Darmreinigung am Vorabend durchzuführen. Beginnen sollten Sie am besten zwischen 16:00 Uhr und 17:00 Uhr, ein späterer Beginn der Abführmaßnahme hat zur Folge, dass die Nachtruhe beeinträchtigt werden kann. Die Einnahme des Abführmittels sollte am besten im Abstand von jeweils 2 h erfolgen. Also z.B. 16:00 Uhr, 18:00 Uhr und 20:00 Uhr. Zusätzlich jeweils nach jedem Beutel ca. 1,5 l klare Flüssigkeit trinken (genaue Anleitung siehe unten)
Liegt der Termin zwischen 10:00 Uhr und 14:00 Uhr Können Sie mit der Abführmaßnahme am Vortag später beginnen und selbst entscheiden ob sie einen oder zwei Zyklen bereits am Abend durchführen. Am frühen Morgen bzw. bei einem späteren Termin später dann wie oben beschrieben. Es ist natürlich auch möglich nur einen Zyklus abends durchzuführen und 2 Zyklen am frühen Vormittag. Natürlich können Sie auch die gesamte Darmreinigung am Vorabend durchführen, dürfen dann allerdings bis zum Untersuchungstermin nichts essen, trinken bis 1 h vor dem Termin möglich. Liegt Ihr Termin nach 14:00 Uhr macht es Sinn die Vorbereitung ausschließlich am Vormittag durchzuführen. Der Beginn sollte so liegen, dass 6 h Abführzeit noch problemlos möglich sind und die Anreise mit eingeplant wird. Also z. B. 7:00 Uhr, 9:00 Uhr, 11:00 Uhr bei einem Termin um 14:00 Uhr

Variante 2, wenn schnell viel trinken für Sie ein Problem ist

Untersuchung ist zwischen 07:00 Uhr und 09:00 Uhr
Am Vortag um 13:00 Uhr, um 17:00 Uhr und um 20:00 Uhr trinken

Untersuchung ist zwischen 09:30 Uhr und 13:00 Uhr
Am Vortag um 17:00 Uhr und um 20:00 Uhr, am Untersuchungstag um 06:00 Uhr trinken

Untersuchung ist zwischen13:30 Uhr und 15:00 Uhr
Am Vortag um 20:00 Uhr, am Untersuchungstag um 06:00 Uhr und um 09:00 Uhr trinken

Untersuchung ist zwischen 15:30 Uhr und 17:00 Uhr
Am Vortag um 20:00 Uhr, am Untersuchungstag um 08:00 Uhr und um 12:00 Uhr trinken

Wie nehmen Sie PICOPREP® ein?

1. Füllen Sie ein Glas mit 150ml kaltem Wasser.

2. Entleeren Sie den Inhalt eines Beutels in das Glas.

3. Rühren Sie 2-3 Minuten um. Evtl. wird die Lösung warm, dann warten bis sie abgekühlt ist, danach austrinken und 20 - 30 min. wirken lassen bevor Sie weitere 1,5 l Flüssigkeit zügig zu sich nehmen, d. h. in max. 60 - 90 min.

Bitte nach jedem Beutel PICOPREP 1,5 Liter Flüssigkeit trinken.
Wenn Sie mit der Einnahme von PICOPREP beginnen, achten Sie auf die Nähe einer Toilette.

Für die Untersuchung sollte der Stuhl möglichst nur noch gelblich- wässrig sein. Aufgrund der ausgelösten Durchfälle kommt es gelegentlich zu Reizungen des Darmausganges. Dies kann durch Auftragen einer fettenden Salbe wie Vaseline vermieden werden. Es reicht, wenn Sie fünfzehn Minuten vor dem Termin in der Praxis sind. Die Untersuchung dauert 20-40 Minuten. Planen Sie aber insgesamt 1,5 Stunden ein, damit genügend Zeit für die Ruhephase nach der Untersuchung und die Besprechung der Resultate bleibt.