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 PLENVU®

**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 hierzu 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 Plenvu:*

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**

## Einnahmeanleitung:

**Untersuchung ist zwischen 7 Uhr und 9 Uhr**
Am Vortag um 18 Uhr und um 20 Uhr trinken.

**Untersuchung ist zwischen 9.30 Uhr und 13 Uhr**
Am Vortag um 18 Uhr und am Untersuchungstag um 6 Uhr trinken.

**Untersuchung ist zwischen 13.30 Uhr und 15 Uhr**
Am Vortag um 20 Uhr und am Untersuchungstag um 9 Uhr trinken.

**Untersuchung ist zwischen 15.30 Uhr und 17 Uhr**
Am Untersuchungstag um 8 Uhr und um 11 Uhr trinken.

## Wie nehmen Sie PLENVU® ein?

**Dosis 1**:
Geben Sie den Inhalt vom Beutel „Dosis 1“ in ein Gefäß, das mindestens 500 ml Flüssigkeit fassen kann. Füllen Sie es dann mit Wasser auf 500 ml auf und rühren Sie um, bis sich das Pulver aufgelöst hat. Dieser Vorgang kann bis zu ca.8 Minuten dauern. Trinken Sie die gesamte Menge innerhalb von 30 Minuten aus. Trinken Sie anschließend in den nächsten 30 Minuten weitere 500 ml klare Flüssigkeit. Geeignet sind Wasser, klare Suppe, verdünnter Sirup/klare Fruchtsäfte (ohne Fruchtfleisch), Kräutertee, schwarzer Tee oder Kaffee (ohne Milch).

**Dosis 2:**
Geben Sie den Inhalt von den Beuteln „Dosis 2 A + B“ in ein Gefäß, das mindestens 500 ml Flüssigkeit fassen kann. Füllen Sie es dann mit Wasser auf 500 ml auf und rühren Sie um, bis sich das Pulver aufgelöst hat. Dieser Vorgang kann bis zu ca.8 Minuten dauern. Trinken Sie die gesamte Menge innerhalb von 30 Minuten aus. Trinken Sie anschließend in den nächsten 30 Minuten weitere 500 ml klare Flüssigkeit. Geeignet sind Wasser, klare Suppe, verdünnter Sirup/klare Fruchtsäfte (ohne Fruchtfleisch), Kräutertee, schwarzer Tee oder Kaffee (ohne Milch).

Vor, während und nach der Einnahme von Plenvu können Sie zusätzliche klare Flüssigkeiten trinken, müssen aber 1-2 Stunden vor der klinischen Untersuchung mit dem Trinken aufhören. Das Trinken klarer Flüssigkeiten trägt dazu bei, eine Austrocknung (Dehydratation) des Körpers zu vermeiden.

**Trinken Sie die zubereiteten Dosen PLENVU® jeweils langsam innerhalb von 30 Minuten.**

**Sie können bis 2 Stunden vor der Untersuchung weiter klare Flüssigkeiten zu sich nehmen.**

**Wenn Sie mit der Einnahme von PLENVU® 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.