

Vorbereitung zur Darmspiegelung (am Vormittag) mit Plenvu

Sehr geehrte Patientin, Sehr geehrter Patient

Wir erwarten Sie am um Uhr, in unserer Praxis an der
Bahnhofstrasse 22, 8180 Bülach.

WICHTIG! Falls Sie **Medikamente zur Blutverdünnung** (Marcoumar, Xarelto, Clopidogrel, Plavix usw.) einnehmen, müssen Sie diese höchstens eine Woche vor der Untersuchung absetzen. Bitte halten Sie **in jedem Fall Rücksprache mit Ihrem Hausarzt**. Sollten sie **Aspirin 100** als alleinige Blutverdünnung nehmen, können sie dies wie gewohnt weiterführen.

Blutdrucktabletten sollten Sie wie gewohnt am Morgen vor der Untersuchung einnehmen, damit auch während der Untersuchung der Blutdruck nicht zu sehr ansteigt.

Damit bei der Untersuchung der Darm gut beurteilt werden kann, gehen Sie dabei wie folgt vor:

Umstellung der Ernährung drei Tage vor der Untersuchung:

Es ist nur noch eine leichte Kost erlaubt. Das bedeutet:

✓

DO's

1 Tag vor der Untersuchung
leichte ballaststoffarme Kost wie z. B.:

- durchgegartes mageres Fleisch (Rind, Lamm, Schwein, Geflügel)
- Fisch
- Reis oder Nudeln
- Kartoffeln (Brat-, Salzkartoffel, Kartoffelstock)
- Soja und Tofu
- Butter/Margarine
- weißes Brot
- Eier
- Joghurt
- Butterkekse
- Käse



X

DON'Ts

ab 2 bis 3 Tage vor der Untersuchung
keine kernhaltige Lebensmittel wie z. B.:

- Vollkornprodukte (Vollkornbrot, Vollkornnudeln, ...)
- Panierte Lebensmittel (Schnitzel, paniertes Emmentaler, ...)
- Tomaten
- Paprika
- Gurken
- Nüsse
- Weintrauben
- Himbeeren
- Brombeeren
- Kiwis
- Melone



Tag vor der Untersuchung

Letzte Mahlzeit um **14:00 Uhr**. Danach nichts mehr essen bis nach der Untersuchung.

Start mit Plenvu um 17:00 Uhr, gehen Sie dabei wie folgt vor:

Mischen Sie die erste Dosis zusammen mit 500ml kaltem Wasser. Danach schluckweise verteilt über 45 Minuten trinken.

Hinterher trinken Sie innerhalb von 30 Min. zusätzlich 500ml klare Flüssigkeit nach.

Als klare Flüssigkeiten gelten: Tee (auch gesüsst möglich), Wasser (ohne oder mit wenig Kohlensäure), klare fettarme Bouillon oder gezuckerte helle Getränke (Fanta, Sprite).

Untersuchungstag

Trinken Sie zuerst einen warmen Tee. Das hilft Übelkeit bei der zweiten Dosis Plenvu am Morgen zu verhindern.

Mit der zweiten Dosis Plenvu starten Sie vier Stunden vor dem Termin.

Gehen Sie dabei wie folgt vor:

Geben Sie den **Beutel A und den Beutel B** zusammen in ein Gefäss sowie 500ml kaltes Wasser dazu. Mischen Sie das Pulver wieder lange mit dem Wasser. Danach schluckweise, verteilt über 45 Minuten, trinken. Hinterher trinken Sie wieder innerhalb von 30 Min. zusätzlich 500ml klare Flüssigkeit nach

Trinken ist **nur bis zwei Stunden vor der Untersuchung** erlaubt.

Danach dürfen Sie bis nach der Untersuchung nichts mehr trinken. Das Ausspülen des Mundes ist hingegen erlaubt.



Den Erfolg der Abführmassnahme erkennen Sie daran, dass Sie nur noch flüssigen, hellen Stuhlgang (kamillenteeartig) ausscheiden.

Bitte lesen Sie jetzt noch die Tipps zum Anrühren von Plenvu und die weiteren Informationen auf der zweiten Seite

Tricks zur Einnahme von Plenvu

Eine gute Darmreinigung ist sehr wichtig für die Untersuchung. Die Prozedur ist jedoch nicht die angenehmste. Deshalb geben wir Ihnen gerne noch ein paar Tricks und Tipps mit denen das ganze deutlich angenehmer verlaufen kann.

Trinken Sie das Plenvu wirklich schluckweise, nicht in einem Zug. Auch wenn Sie es gerne „schnell hinter sich“ haben möchten. Dies kann zu Übelkeit sowie zu Erbrechen führen.

Wenn Sie das Plenvu mischen, rühren Sie lange (mindestens 8 Minuten) damit sich das Pulver komplett auflöst. Idealerweise rühren Sie das Plenvu vor der Einnahme an und stellen es in den Kühlschrank. Dort kann es bis zu 24 Stunden aufbewahrt werden. Kalt ist der Geschmack weniger intensiv.

Trinken Sie das Mittel durch einen Strohhalm oder aus einer Trinkflasche. So können Sie die Geschmacksnerven ein wenig umgehen.

Legen Sie Trinkpausen ein und sorgen dabei für einen angenehmeren Geschmack im Mund. Sie können in den Trinkpausen auch an einer Zitronen- oder Orangenscheibe lutschen. Auch ein Kaugummi kann helfen den Geschmack zu neutralisieren (nicht hinunterschlucken!).

Es kann auch helfen abwechslungsweise einen Schluck Plenvu und danach direkt einen Schluck Tee oder Wasser zu nehmen.

Wichtig:

Wenn Sie **sechs Stunden nach der Einnahme noch keinen Stuhlgang hatten**, melden Sie sich unverzüglich bei uns. Falls dies am Abend sein sollte, melden Sie sich telefonisch bei einem ärztlichen Beratungsdienst wie z.B. dem Ärztefon ([0800 336 655](tel:0800336655)).

Bitte bringen Sie Ihre Krankenkassenkarte sowie Ihre Medikamentenliste zum Termin mit.

Bringen Sie bitte auch die **vollständig ausgefüllten und unterschriebenen Unterlagen (alle Seiten)** mit. Bringen Sie auch die Seite 1 und 2 mit, welche Sie nicht ausfüllen und unterschreiben mussten.

Sie erhalten diese bei Bedarf nach der Untersuchung gerne für Ihre Akten zurück.

Während der Untersuchung erhalten Sie ein Medikament, welches Ihr Reaktionsvermögen beeinträchtigt. Sie dürfen nach der Untersuchung **für 12 Stunden kein Fahrzeug lenken** (auch kein Fahrrad). Sie dürfen in dieser Zeit auch nicht an einer Maschine arbeiten.

Falls Sie dies für Ihre Arbeit tun müssen, können wir Ihnen für den Untersuchungstag ein Arbeitsunfähigkeitszeugnis ausstellen.

Einen Werktag vor der Untersuchung werden wir uns zur Terminbestätigung bei Ihnen melden.

Falls Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie diesen mindestens 24 Stunden vorher abzusagen. Ansonsten müssen wir Ihnen ein Versäumnis verrechnen.

Sollten Sie Fragen haben, rufen Sie uns bitte unter 044 864 19 20 an. Ausserhalb der Telefonzeiten, oder wenn Sie uns telefonisch nicht erreichen, dürfen Sie uns gerne eine Email an admin@gastropraxis.ch senden. Diese werden wir so schnell wie möglich beantworten.

Freundliche Grüsse

Dr. med. O. Sultanie, Dr. med. M. Respondek und Dr. med. P. Schröder
sowie das gesamte Praxisteam