

## Vorbereitung auf Ihre Darmspiegelung

### **3 - 5 Tage vorher**

Vermeiden Sie Lebensmitteln mit Kernen (z.B. Weintrauben, Äpfel, Paprika) oder vollen Körnern (z.B. Brot, Müsli, grobe Haferflocken), da Reste häufig im Darm verbleiben und das Endoskop bei der Untersuchung verstopfen kann.

### **1 Tag vor der Untersuchung: nichts mehr essen, aber viel trinken!**

- Diese Getränke eignen sich: Wasser, Tee, klare Säfte und Limonaden, klare Brühe oder auch Kaffee ohne Milch. Aufgelöster Zucker ist ebenfalls kein Problem.
- Zu vermeiden sind: Milch, Getränke mit Fruchtfleisch, Einlagen in der Brühe wie Nudeln, Kräuter
- Alkohol kann sich ohne feste Nahrung unangenehm bemerkbar machen, Kohlensäure kann zu Aufstoßen führen.

### **Am Tag vor der Untersuchung um 16:00/17:00 Uhr: Einnahme der ersten Vorbereitungslösung**

- Diese wird aus dem Beutel 1 und 500 ml Wasser angerührt. Das Auflösen kann bis zu 8 Min. dauern. Gekühlt ist die Lösung meist besser.
- Sie kann langsam schluckweise über einen Zeitraum von 1 Stunde im Wechsel mit anderen Getränken eingenommen werden. Je nach Verträglichkeit kann sie auch in einem Zug geschluckt werde. Entscheidens ist die Vermeidung von Übelkeit und Erbrechen.
- Nach Einnahme der Lösung kann beliebig viel Flüssigkeit weiter getrunken werden.
- Innerhalb von Minuten bis Stunden entleert sich der Darm, daher in der Nähe einer Toilette bleiben. Bei Einnahme um 17 Uhr bleibt die Nachtruhe ungestört.

### **Untersuchungstag 4 Stunden vor Termin: Einnahme der zweiten Vorbereitungslösung**

- Diese wird aus dem Beutel 2A und 2B plus 500 ml Wasser angerührt. Das Auflösen kann bis zu 8 Min. dauern.
- 2 Tassen Tee oder Wasser vor der 2. Dosis der Vorbereitungsflüssigkeit sind hilfreich. Je nach Verträglichkeit die Lösung schnell oder langsam trinken.
- Bis zu 2 Stunden vor dem Termin kann beliebig viel geeignete Flüssigkeit getrunken werden. In den letzten beiden Stunden soll sich der Magen leeren
- Die Einnahme 4 Stunden vor dem Termin vermeidet effektiv, dass Sie auf dem Weg ins Krankenhaus eine Toilette aufsuchen müssen

### **Bitte beachten!**

**Schwangerschaften** müssen bei der Untersuchung bekannt sein, um mögliche Gefahren für das ungeborene Kind zu vermeiden. Auch bei geringem Zweifel sollten Sie vorab einen Schwangerschaftstest machen.

**Medikamente**, z.B. die Anti-Babypille können ausgespült werden, die Wirkung ist dann unzuverlässig

**Blutgerinnungshemmer** müssen pausiert werden oder die Einnahme bekannt sein, damit unnötige Blutungskomplikationen vermieden werden.

**Blutdrucksenker** (Ausnahme Betablocker) müssen in der Regel pausiert werden, da in Kombination mit dem Beruhigungsmittel der Blutdruck zu stark gesenkt werden kann.