

Anweisungen zur Darmspülung mit MOVIPREP®

Eine Woche vor der Untersuchung auf keinen Fall körnerhaltige Speisen essen. Beachten Sie bitte die detaillierte Aufstellung was sie essen dürfen und was nicht aus den Anweisungen zur Diät vor der Darmspiegelung (Koloskopie).

MOVIPREP® ist ein Pulver mit Zitronen- oder Orangengeschmack zur Herstellung einer Darmspüllösung. In Wasser aufgelöst und getrunken spült es Ihren Darm sauber – wässriger Stuhlgang ist also die erwünschte Wirkung.

Am Vortag der Untersuchung nehmen Sie ein kleines Frühstück zu sich. Zum Mittag dürfen sie noch etwas klare Brühe trinken, bitte keine feste Nahrung und auch keinen Kaffee mehr. **Danach nichts mehr essen, nur noch klare Flüssigkeiten trinken (z.B. klarer Apfelschorle, Wasser und Tee), ohne Kohlensäure.**

Sie haben einen „frühen“ Termin (vor 9 Uhr):

Sie können die unten erklärten Abführmaßnahmen komplett am Vortag der Untersuchung durchführen, falls Sie nicht sehr früh aufstehen möchten. Hierzu nehmen Sie den ersten Liter der Abführlösung (bestehend aus 1 Beutel A und 1 Beutel B) am **frühen Nachmittag ab 16 Uhr**, den zweiten Liter am **späteren Abend ab 21 Uhr** ein.

Sie haben einen „späten“ Termin (9 Uhr oder später):

Bitte nehmen Sie den ersten Liter Abführlösung (bestehend aus 1 Beutel A und 1 Beutel B) am **späten Nachmittag bzw. Abend des Vortages ab 17 Uhr**, mit dem zweiten Liter beginnen Sie **spätestens 4 Stunden vor dem Untersuchungstermin**.

Herstellung der Trinklösung mit MOVIPREP®: Eine Packung MOVIPREP® enthält je 2 Beutel A und B eines Pulvers. Füllen Sie den Inhalt von je 1 Beutel A und 1 Beutel B in ein Gefäß. Geben Sie 1 Liter Wasser hinzu. Verrühren Sie das Ganze bis die Flüssigkeit nahezu klar ist. (Dies kann einige Minuten dauern.) Vorschlag: Trinken Sie MOVIPREP® gekühlt.

Die richtige Durchführung:

Trinken Sie 1 Liter MOVIPREP® innerhalb von 1 Stunde zur oben genannten Zeit. Versuchen Sie alle 10 Minuten ein Glas zu trinken.

Unterstützen Sie die gründliche Reinigung Ihres Darms mit **2 Liter zusätzlicher Flüssigkeitsaufnahme**, was auch die Austrocknung des Körpers verhindert. Getränke wie Tee, Wasser oder klare Säfte (ohne Fruchtfleisch) sind hervorragend geeignet. Vermeiden Sie hingegen Milch und Milchgetränke.

Verfahren Sie mit dem zweiten Liter Abführlösung ebenso und beginnen mit der Einnahme **spätestens 4 Stunden** vor dem Untersuchungsbeginn.

Die ausgeschiedene Flüssigkeit nach Beendigung des Abführens sollte klar und hell sein. Meist hat diese eine gelbliche Farbe wie Kamillentee, kleine Flocken und Schwebeteilchen darin behindern die Darmspiegelung aber nicht. Ist die ausgeschiedene Flüssigkeit nicht wie oben beschrieben, muss weiterhin **bis 1 Stunde vor der Untersuchung** klare Flüssigkeit getrunken werden.

Sollte das Abführen nicht zur erwünschten Darmreinigung führen bitten wir, telefonisch mit der Praxis Kontakt aufzunehmen. **Grundsätzlich sollen Herz- und Blutdruckmedikamente weiter eingenommen werden.** Die Wirksamkeit kann evtl. durch eine verminderte Aufnahme verringert sein (zu Bedenken auch bei der „Pille“).

Bitte 2 große Badetücher für die Darmspiegelung mitbringen.

TERMIN

● Tag:

● Uhrzeit:

Bitte wenden

Anweisung zur Ernährung vor der Darmspiegelung (Koloskopie)

In der Woche vor der Darmspiegelung (Koloskopie) ist eine **körnerfreie und ballaststoffarme Ernährung** einzuhalten. **Ballaststoffe sind die unverdaulichen Bestandteile von Getreide, Obst und Gemüse sowie insbesondere Körner!**

Diese Diät ist sehr wichtig, damit Ihr Darm vor der Untersuchung optimal gereinigt werden kann, da Ballaststoffe und Körner sehr lange im Darm verbleiben.

Nicht erlaubte Speisen: Insbesondere **Körner, Körnerbrot**, Kleie, Kleie-Kekse, Kokos-Kekse, alle Getreidearten mit Kleie oder **Vollkorn** wie Weizenschrot, Müsli, Hafer, Blattsalate, Obst und Gemüse, alle Früchte mit Körnern / Kernen (Trauben, Kiwi, Him-/Erdbeeren, Tomaten), Lein-/Chiasamen und weitere kernhaltige Nahrungsmittel.

Des Weiteren sollten Sie auch keine Quellmittel (Mucofalk® u.ä.) zu sich nehmen. Nehmen sie bitte stattdessen nur noch **leichte ballaststoffarme Kost** zu sich. In den 3 Tagen vor der Spiegelung keine Blattsalate oder Bananen essen.

Nicht erlaubte Flüssigkeiten: Getränke verdickt mit Mehl, anderen Verdickungsmitteln, Suppen mit Gemüseeinlage oder Schalen und Körner, trübe Getränke in größeren Mengen wie Milch, Buttermilch.

Erlaubte Speisen: Nudeln, weißer Reis, Kartoffelpüree, klare Suppen und Brühen ohne Einlagen, mageres Fleisch wie Rind, Schwein, Huhn, Pute, Innereien, magerer Schinken, Käse, Fisch, Eierspeisen, Tomaten (ohne Schale oder Kerne), Pudding, Pfannkuchen; Konditorware mit weißem Mehl, Weißbrot, Butterkekse.

Zucker in kleinen Mengen, Bonbons, Kuchen ohne Obst oder Körner wie Sandkuchen, Butterkuchen, Hefekuchen, Marmorkuchen, Rührkuchen, Biskuit, Eis. Außerdem können Sie klare Gelees / Wackelpudding essen.

Erlaubte Flüssigkeiten: Alle klaren Flüssigkeiten wie Wasser, Sodawasser, Tonic Wasser, Limonade, Tee, Kaffee (mit wenig Milch). Sie können Zucker für Ihre Getränke benutzen.

Anmerkungen:
