

## **Vorbereitung zur Coloskopie (Darmspiegelung)**

### **Allgemeine Hinweise**

Ziel einer optimalen Vorbereitung ist, den Dickdarm von sämtlichen Stuhlresten zu befreien. Eine gute Darmentleerung ist die Voraussetzung für eine gute Untersuchungsqualität. Studien haben gezeigt, dass bei guter Vorbereitung mehr Polypen im Darm gefunden wurden und die Vorsorgequalität besser ist.

**Eine gute Vorbereitung ist IHR BEITRAG zu einer hochqualitativen Untersuchung!** Bitte nehmen Sie die folgend Anleitung ernst und bereiten Sie sich wie zu einem „Sportwettkampf“ vor, bei dem Sie gewinnen wollen.

### **Am Vortag**

Alles, was Sie an diesem Tag noch essen, muss komplett verdaut werden und am selben Tag den Körper wieder verlassen. Je weniger Sie essen, desto besser.

**Morgens** kann noch ein leichtes Frühstück eingenommen werden (Weißbrot, Semmel, Marmelade, Schinken, Käse). Bitte essen Sie kein Obst, Gemüse, oder Vollkorngebäck. Auch Mohn oder andere Gebäcksamen sind unerwünscht!

**Mittags** ist noch ein wenig flüssige Kost wie Speiseeis, glatte Joghurt oder klare Suppe erlaubt.

**Am Nachmittag** (von 16 bis 18 Uhr) müssen mindestens 2 Liter Darmspüllösung (*Endofalk, 0.5 Liter Wasser pro Päckchen zugeben, insgesamt 6 Päckchen*) innerhalb von 2 Stunden getrunken werden, am besten in viertelstündlichem Intervall - je ein Viertelliter. Die Lösung schmeckt besser, wenn sie gekühlt ist, es kann auch Verdünnungssaftkonzentrat (oder klarer Fruchtsaft) beigefügt werden. Sie sollten sich in dieser Zeit körperlich bewegen (durch die Wohnung gehen, Stiegen steigen), damit die Verdauung in Gang kommt.

Da die zu verabreichende Darmspüllösung nicht vom Körper aufgenommen wird, besteht die Gefahr der Austrocknung. Deshalb müssen zusätzlich zumindest 1 Liter Wasser oder Tee getrunken werden!!!!

Ein dritter Liter Darmspüllösung solle noch vor 20 Uhr getrunken werden, also insgesamt 4 Liter (3 Liter Endofalk und 1 Liter Wasser). Zu diesem Zeitpunkt sollte der Stuhlgang wässrig und nur noch leicht gefärbt sein. Sollte dies nicht der Fall sein, trinken Sie bitte an dieser Stelle einen weiteren Liter Leitungswasser und bewegen Sie Ihren Körper.)

**Am Untersuchungstag dürfen** sie bis 2 Stunden vor Untersuchungsbeginn klares Wasser trinken.

Patienten, die eine Sedierung während der Coloskopie wünschen bzw. benötigen, dürfen 24 Stunden kein Kraftfahrzeug lenken.

Eine eventuell notwendige Änderung der Einnahme von Medikamenten, die die Blutgerinnung beeinflussen – z.B. Marcoumar, Sintrom, ThromboAss, Plavix, Heparin, Xarelto, Lixiana, Eliquis - besprechen Sie bitte mit Ihrem zuweisenden Arzt. Nicht lebenswichtige Medikamente sollten im Allgemeinen am Morgen des Untersuchungstags nicht eingenommen werden. Bei Diabetes und anderen speziellen Situationen sollte Rücksprache mit dem behandelnden Arzt gehalten werden.

Zu bedenken ist, dass die Antibabypille ungenügend wirken kann. Deshalb sollten im laufenden Zyklus zusätzliche Verhütungsmaßnahmen getroffen werden.