

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 folgende Anleitung ernst und bereiten Sie sich wie zu einem „Sportwettkampf“ vor, bei dem Sie gewinnen wollen.

Am Tag vor der Coloskopie

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 einfacher wird die Vorbereitung sein. Morgens kann noch ein leichtes Frühstück eingenommen werden (Weißbrot, Semmel, Marmelade, Schinken). Bitte essen Sie keinesfalls 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. Trinken dürfen Sie klare Flüssigkeiten den ganzen Tag.

Am **Nachmittag** (16-18Uhr) müssen 1 Liter Darmspülösung (*Moviprep*) innerhalb von einer Stunde getrunken werden, am besten in viertelstündigem Intervall - je ein Viertelliter. Die Lösung schmeckt besser, wenn sie gekühlt ist, es kann auch Verdünnungssaftkonzentrat (oder klarer Fruchtsaft) beigegeben 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 Darmspülösung nicht vom Körper aufgenommen wird, besteht die Gefahr der Austrocknung. Deshalb müssen zusätzlich zumindest 1 Liter Wasser oder heller Tee (kein Schwarze Tee) getrunken werden! **Insgesamt haben Sie in den 2 Stunden 2 Liter Flüssigkeit zu sich genommen.** Jetzt sollten Sie schon auf der Toilette mit der Entleerung begonnen haben.

Am **Abend oder zeitig in der Früh** wird **noch** 1 Liter Darmspülösung und 1 Liter klare sonstige Flüssigkeit getrunken. Am Ende sollte der Stuhlgang wässrig und nur noch leicht gelb gefärbt sein. Falls das nicht der Fall ist, bitte noch einen Liter Wasser trinken. Das Trinken sollte spätestens 2 Stunden vor geplantem Untersuchungsbeginn beendet sein.

Eine eventuell notwendige Änderung der Einnahme von Medikamenten, die die Blutgerinnung beeinflussen – z.B. Marcoumar, Sintrom, ThromboAss, Plavix, Heparin, Xarelto, Eliquis, Pradaxa, Lixiana - besprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt im Vorhinein. 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 auch, dass die Antibabypille ungenügend wirken kann. Deshalb sollten im laufenden Zyklus zusätzliche Verhütungsmaßnahmen getroffen werden.

Weil Sie eine Sedierung (Schlafspritze) während der Untersuchung erhalten, dürfen Sie 24 Stunden kein Kraftfahrzeug lenken.