



Internistisches Klinikum
München Süd
Endoskopieszentrum
Klinik für Gastroenterologie
und Innere Medizin

Prof. Dr. med. Christian Steib

Chefarzt Gastroenterologie und Innere Medizin

Telefon Sekretariat +49 89 72400 4100

Vorbereitung zur Darmspiegelung – Koloskopie

Endoskopie-Termin: _____

Um ein gutes und aussagekräftiges Untersuchungsergebnis zu sichern, muss der Darm gründlich vorbereitet und gereinigt sein.

Mindestens 2-3 Tage vor der Untersuchung: Verzicht auf körnerhaltige und blähende Lebensmittel (Vollkornprodukte, Nüsse, rohes Gemüse, Kohl, Linsen, Obst-/Gemüsesorten mit Kernen wie Kiwi, Trauben, Tomaten etc.)

Erlaubt sind:

- Eier
- Fisch
- Fleisch, Geflügel
- Wurst
- Käse
- Joghurt
- Milch- und Mehlspeisen
- Nudeln
- Helles Brot
- Kartoffeln ohne Schale

Vortag der Untersuchung: Erlaubt sind ein leichtes Frühstück und ein leichtes Mittagessen, am besten ballaststoffarme Nahrung, wie zum Beispiel Weißbrot mit Honig, Tee oder Kartoffelgerichte. Ab ca. 12 Uhr Mittag nehmen Sie bitte keine feste Nahrung mehr zu sich.

Zusätzlich zur Abführlösung soll **ausreichend Flüssigkeit** getrunken werden, da die Abführlösung komplett im Darm verbleibt und aus dem Körper zusätzlich Wasser in den Darm entzieht. Dieser Flüssigkeitsverlust muss ersetzt werden. Erlaubt sind klare Getränke und klare Brühe, durch die man durchsehen kann (Wasser, helle Tees ohne Milch, klare Fruchtsäfte ohne Fruchtfleisch). Zucker und / oder Zitronensaft im Tee, helle Bonbons oder Traubenzucker sind zum Beispiel auch erlaubt.

Abführen mit PLENVU®: Eine Packung Plenvu® enthält 3 Beutel

<u>Erste Einnahme</u>	Dosis 1 (1 Beutel) In 500 ml Wasser einrühren bis die Flüssigkeit klar ist (kann bis zu 8 Minuten dauern), innerhalb 30 Minuten trinken
Datum:	Uhrzeit:
Anschließend mindestens 0,5 – 1 Liter klare Flüssigkeit trinken über mind. 1 h.	
<u>Zweite Einnahme</u>	Dosis 2 (2 Beutel: A + B) In 500 ml Wasser einrühren bis die Flüssigkeit klar ist (kann bis zu 8 Minuten dauern), innerhalb 30 Minuten trinken
Datum:	Uhrzeit:
Anschließend mindestens 0,5 – 1 Liter klare Flüssigkeit trinken über mind. 1 h.	

Am Tag der Untersuchung: Nehmen Sie Ihre Medikamente wie gewohnt ein, bis auf eventuell im Aufklärungsgespräch pausierte Medikamente (z.B. Blutverdünnung). Patienten mit insulinpflichtigem Diabetes mellitus sollten am Morgen der Untersuchung aufgrund der Nüchternheit kein Insulin spritzen. Diabetestabletten können eingenommen werden. Bis 2 Stunden vor der Untersuchung kann stilles Wasser getrunken werden.

Für Rückfragen oder Problemen während der Vorbereitung stehen wir gerne zur Verfügung. Unseren Dienstarzt erreichen Sie jederzeit unter Telefon 089-72400-3333.