

## Vorbereitung mit Darmreinigung für die Ileokoloskopie (Darmspiegelung)

Damit Ihr Darm optimal beurteilt werden kann und der Eingriff sicher durchgeführt werden kann, ist eine gute Darmvorbereitung äusserst wichtig. Wir möchten Sie daher bitten folgende Punkte zu beachten und konsequent umzusetzen.

### Ernährung vor der Untersuchung:

- **Verzichten Sie mindestens drei Tage vor der Untersuchung auf sämtliche kernhaltige Speisen.** Dazu gehören neben Vollkornbrot und Müesli auch sämtliche Gemüse und Früchte mit Kernen (wie z.B. Trauben, Himbeeren, Tomaten, Zucchini) oder Produkte, welche solche enthalten (wie z.B. Konfitüren). Nehmen Sie nur ballaststoffarme Nahrungsmittel wie z.B. Weissbrot, Reis, Kartoffeln, Teigwaren, mageres Fleisch, Fisch und klare Fruchtsäfte (ohne Fruchtfleisch) zu sich.
- **Am Tag vor der Untersuchung** können Sie noch ein leichtes Frühstück zu sich nehmen (Weissbrot, Butter, Honig, Konfitüre ohne Kerne etc.) Am Mittag können Sie noch eine klare Suppe, etwas Teigwaren oder weissen Reis zu sich nehmen (keinerlei Gemüse, Kerne, Fleisch oder Sauce). Danach sind nur noch klare Flüssigkeiten erlaubt.
- **Ab Tag der Untersuchung ist nur noch klare Flüssigkeit erlaubt bis maximal 2 Stunden vor der Untersuchung** (kein Milchkaffee etc.). Es sollte nicht ausschliesslich nur Wasser getrunken werden.

### Darmreinigung mit Picoprep:

- **Am Vortag der Untersuchung:**
  - Der gelöste Inhalt des **ersten Beutels wird 10 bis 18 Stunden vor der Untersuchung** eingenommen.
  - Ab **30 Minuten nach** der Einnahme trinken Sie bitte **stündlich 0.5l klare Flüssigkeit** (mind. 2l insgesamt)
  - Nehmen Sie **um ca. 20 Uhr beide Tabletten Prontolax** ein (nicht zerkauen, mit wenig Wasser ganz schlucken)
- **Am Tag der Untersuchung:**
  - Der gelöste Inhalt des **zweiten Beutels wird 4 bis 6 Stunden vor der Untersuchung** eingenommen.
  - Ab **30 Minuten nach** der Einnahme trinken Sie **bitte stündlich 0.5l klare Flüssigkeit** (mind. 2l insgesamt)
  - Klare Flüssigkeiten dürfen **bis 2 Stunden vor der Untersuchung** getrunken werden
- **Ziel:** wässriger, gelblich bis durchsichtigen Stuhl

### Auflösen von Picoprep:

1. Füllen Sie 1 Glas mit **150ml kaltem Wasser**
2. Geben Sie den **Inhalt eines Beutels** in das Glas.
3. **Rühren Sie 2-3 Minuten um.**  
Die Lösung ist nun weisslich trübe und riecht leicht nach Orange. Die Lösung kann sich nun erwärmen, trinken Sie erst, wenn die Flüssigkeit abgekühlt ist.
4. Trinken Sie genügend **klare Flüssigkeit** (mind. jede Stunde 0.5l, mind. während 3 Stunden)

