



## Merkblatt zur Koloskopievorbereitung mit EZICLEN

Ihr persönlicher Termin: .....

Für die Darmspiegelung zur Früherkennung krankhafter Veränderungen im Darm ist eine optimale Vorbereitung für eine gute Sicht auf die Schleimhaut notwendig. Diese ist nur dann gewährleistet, wenn Sie die Spülung und Reinigung des Darmes mit EZICLEN genau nach Anleitung durchführen.

Die erste Dosis müssen Sie am Vorabend der Untersuchung, die zweite am Tag der Untersuchung trinken.

### **In den 3 Tagen vor der Untersuchung müssen Sie Ihre Ernährung etwas umstellen, um gute Untersuchungsbedingungen zu schaffen.**

In diesen Tagen sollten Sie vor allen auf den Konsum von **faserreichen Nahrungsmitteln** (z.B. Spargel, Porree, Lauch, Mangold) und **körnerhaltige Nahrungsmittel** (z.B. Weintrauben, Kiwi, Vollkornbrot, Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Sesam, Kümmel usw.) **verzichten!!!**

**Was dürfen Sie essen / trinken ab 3 Tage vor einer Koloskopie** (hier sind ein paar Beispiele genannt):

- Trinken:** In den 3 Tagen vor Koloskopie sind jegliche Getränke erlaubt, sie sollten jedoch Milchprodukte nur in geringen Mengen zu sich nehmen.
- Kalte Mahlzeiten:** Geeignet sind einfache Weizenbrötchen, Weiß-/Toastbrot, Mischbrot ohne Körner, kernlose Marmelade, Honig, Aufschnitt, Käse, Salat, Gurke ohne Kerne **Nicht geeignet sind Vollkornbrot, Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Sesam, Kümmel, Tomate usw.**
- Warme Mahlzeiten:** Kuchen/Gebäck sollte keine Kerne, Nüsse, Mandel o.ä. enthalten  
Achten Sie darauf, möglichst faserarme Nahrungsmittel zu verzehren. Geeignet sind beispielsweise:  
**Fleisch, Fisch:** mager, nicht paniert oder frittiert  
**Beilagen:** Kartoffeln, weißer Reis, Nudeln, Knödel  
**Gemüse gegart:** Möhren, Pastinaken, Kürbis (ohne Kerne), Zucchini (ohne Kerne), Knollensellerie, Aubergine, Blumenkohl, Brokkoli, Kohlrabi, Pilze, Zwiebel, Paprika, pürierte Tomatensauce ohne Kerne  
**Nicht geeignet sind z.B. Spargel, Lauch, Mangold, Mais, Linsen, Spinat, ganze Tomaten (alles, was faserreich ist).**
- Obst:** Ananas, Apfel und Birne geschält, Aprikose, Avocado, Banane, Mandarine, Mango, Melone, Nektarine, Pfirsich  
**Nicht geeignet sind alle Beeren und Obst mit kleinen und größeren Kernen, z.B. Weintrauben, Kiwi usw.**

### **Am Vortag**

#### **Was darf ich ab dem Vortag der Untersuchung essen / trinken:**

Sie dürfen bis Mittag nur noch leichte Kost zu sich nehmen, z.B. eine belegte Semmel zum Frühstück; ein Kaffee am Morgen ist möglich, bitte am heutigen Tag keine Milchprodukte mehr. Am frühen Mittag (vor 13 Uhr) können Sie noch eine leicht verdauliche Mahlzeit essen, z.B. klare Suppe mit Nudeln, Kartoffelpüree o.ä.

**Ab 13.00 Uhr** essen Sie bitte bis zur Untersuchung keine feste Nahrung mehr, allerdings sollten Sie in dieser Zeit viel trinken (mindestens 2 Liter).



**Erlaubt sind klare Flüssigkeiten:** Klare Säfte, Wasser, Limonade, klare Brühe oder Tee in beliebiger Menge.

**Ca. 17:00 Uhr:** Inhalt der **1. Flasche EZICLEN®** in den Becher gießen und mit Wasser bis zur Markierung am Becher verdünnen (= 500 ml) und über eine halbe bis eine Stunde verteilt langsam, z.B. alle 15 Minuten  $\frac{1}{4}$  Becher (ca. 125 ml), trinken.

Danach **zusätzlich** 2 x den Becher mit Wasser oder erlaubter klarer Flüssigkeit füllen (= 2 x 500 ml = 1 Liter) und über insgesamt eine Stunde verteilt trinken (z.B. alle 15 Minuten  $\frac{1}{2}$  Becher trinken).

### **Am Untersuchungstag**

Morgens wiederholen Sie spätestens 3 Stunden vor dem Untersuchungstermin die Schritte vom Vortag: Inhalt der **2. Flasche EZICLEN®** mit Wasser verdünnen (500 ml) und über eine Stunde verteilt trinken, danach zwei weitere Messbecher (insgesamt 1 Liter) Wasser oder klare Flüssigkeit verteilt über eine Stunde trinken.

Die Stuhlentleerung sollte gelblich bis klar sein (wie Kamillentee). Hat EZICLEN bei Ihnen zu schwach gewirkt, ist der Stuhl noch dickflüssig, flockig oder nicht klar, so informieren Sie bitte unbedingt rechtzeitig (spätestens 1,5 Std. vor Untersuchungstermin) die Mitarbeiter der Praxis.

Unsere Praxis ist ab 07.30 Uhr telefonisch erreichbar: 0941/600115-0

Auf- und Abgehen erleichtert die Vorbereitung und wirkt auch gegen etwaige Übelkeit. Durch tiefes Durchatmen kann ein auftretender Würgereiz unterdrückt werden.

**Feste Nahrung** dürfen Sie erst wieder nach der abgeschlossenen Untersuchung zu sich nehmen.

Wir bieten Ihnen an, Ihnen während der Darmspiegelung ein Schlafmittel zu verabreichen, so dass die Untersuchung für Sie schlafend und völlig schmerzfrei stattfindet.

Idealerweise bringen Sie für die Zeit nach der Untersuchung / Aufwachphase eine leichte Decke mit.

Gerne erhalten Sie für den Untersuchungstag eine Krankmeldung, bitte sprechen Sie uns an.

### **Nehmen Sie gerinnungshemmende Substanzen?**

Thrombozytenaggregationshemmer: **ASS®, Aspirin®, Clopidogrel, Efigent®, Brilique®**

Vitamin K-Antagonisten: **Marcumar®**

Neue orale Antikoagulantien: **Xarelto®, Eliquis®, Lixiana®, Pradaxa®**

Bei Einnahme der genannten Medikamente, die die Blutgerinnung beeinflussen, sollten Sie Kontakt mit Ihrem Hausarzt oder unserer Praxis aufnehmen. Um das (Nach-) Blutungsrisiko bei Polypenabtragung im Rahmen der Endoskopie zu reduzieren, ist die Vorgehensweise (Absetzen? Therapiepause? Überbrückungstherapie?) bei den verschiedenen Wirkstoffen und Indikationen (Krankheiten) individuell festzulegen.

Bei Frauen, die die **Antibabypille** einnehmen, kann es durch die Koloskopievorbereitung zu einer ungenügenden Wirksamkeit der Pille in diesem Zyklus kommen, die regelmäßige Einnahme sollte aber nicht unterbrochen werden.

Lesen Sie bitte rechtzeitig die **Dokumentierte Patientenaufklärung**, beantworten Sie die gestellten Fragen **und bringen den Aufklärungsbogen bitte zur Untersuchung mit.**

Beachten Sie, dass in der Regel für die Untersuchung ein kurzwirksames Schlafmittel verabreicht wird: anschließend besteht (in der Regel) an diesem Tag bis zum nächsten Morgen **Fahruntauglichkeit!!!** Von der Anfahrt mit dem eigenen Pkw ist deswegen abzuraten. Die Praxis ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar, am besten lassen Sie sich jedoch von einem Verwandten oder Bekannten bringen und **in der Praxis abholen.**