

Wie bereiten Sie sich richtig auf die Koloskopie vor?

1. Einnahme des Präparats „Pico Prep“ zur schonenden Darmreinigung:

Trinkmenge 2 x 150 ml in definierten Zeitabständen (siehe „Pico-Prep-Uhr“)

<u>Einnahme Uhrzeit :</u>	Beutel 1	_____
	Beutel 2	_____

zwischen Beutel 1 und 2 sowie nach dem 2. Beutel jeweils mindestens 1,5-2 Liter trinken
(also **Minimum 3-4 Liter**)

2. Wie erhalten Sie Pico Prep?

Patienten der ÖGK und Krankenfürsorgen (KFL, KFG, LKUF)

- Rezept von Hausarzt (Indikation: Koloskopie)

Patienten der SVA, BVA

- Können / sollten Pico Prep eigentlich in der Ordination abholen! *
- Hausarzt kann es üblicherweise auch rezeptieren (Indikation: Koloskopie)
*Oftmals weiter Weg in Ordination nur wegen Rezept!?! Fraglich, ob sinnvoll wegen „grünem Gedanken“ (Treibstoff, Zeit...)

3. Wie ernähren Sie sich richtig bis zur Untersuchung?

Getränke:

- **klare Flüssigkeiten, aber nicht nur Wasser!** (ist in diesen Mengen nicht ratsam, da keine Zucker oder Elektrolyte, macht Kreislaufprobleme)
- Apfelsaft mit Wasser, klare isotonische Sportgetränke (Isostar), klare Suppe ohne Einlage
- **keine Milchprodukte trinken**
- **2 Stunden vor Untersuchung auch keine Getränke mehr = nüchtern!**

Nahrung vor Untersuchung:

- 5 Tage vor Untersuchung
 - **keine Vollkornprodukte**
 - **kein Obst und Gemüse mit Kernen** (verstopfen Gerät, Untersuchungsabbruch evtl. notwendig)
- 3 Tage vor Untersuchung
 - Verzicht auf Salate, Spinat, Paprika, Küchenkräuter
 - Verzicht auf Käse und Milchprodukte
 - Vermeiden von dunklem Fleisch
- Am Tag vor der Untersuchung
 - Normales Frühstück, aber ohne Vollkornprodukte
 - Mittag leichtes Essen

!Wichtig! Bitte bringen Sie zur Untersuchung ein großes Badetuch oder Leintuch mit!