

Anleitung zur Darmvorbereitung mit PLENVU®

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Entscheidend für eine erfolgreiche Durchführung der Darmspiegelung ist eine gute Vorbereitung des Darmes. Nur wenn der Darm sauber ist, kann die Schleimhaut optimal beurteilt werden. Bei Restverschmutzung können Polypen, die Vorstufen des Dickdarmkrebs übersehen werden. Zudem verstopfen Körner das Untersuchungsgerät. Bitte halten Sie daher diese Anleitung möglichst genau ein. Die optimale Vorbereitung beginnt 3 Tage vor der Untersuchung mit einer Ernährungsumstellung.

Bitte holen Sie das Abführmittel PLENVU® mit dem beigelegten Rezept in der Apotheke Ihrer Wahl. Bitte lesen Sie die Einverständniserklärung für die Darmspiegelung durch und bringen Sie diese am Untersuchungstag unterschrieben mit.

3 Tage vor der Untersuchung

- 3 Tage vor der Untersuchung sollten Sie **keine** Nahrungsmittel mit Kernen, Körnern, Samen oder harten Schalen essen (Trauben, Tomaten, Kiwi, Beeren, Feigen, div. Konfitüren, Melonen etc.)
- Verzichten Sie auf Vollkornprodukte, Müsli, Körnerbrot, Nüsse, Quellmittel wie Leinsamen etc.
- Achten Sie auf eine Trinkmenge von ca. 2 Litern täglich!

Vortag der Untersuchung

Ab jetzt ist nur noch leicht verdauliche faserarme bzw. ballaststoffarme Kost erlaubt!

- **Ein leichtes Frühstück** (z.B. Käse, fettarme Milchprodukte z.B. fettarmer Joghurt ohne Fruchteinlage, Toast, Weissbrot, Butter/ Margarine, Honig, Gelee, Eier, Griessbrei)
- **Ein leichtes Mittagessen** (klare Bouillon ohne Einlage, Suppe, Kartoffeln ohne Schale, Teigwaren, weisser Reis, Fisch, Poulet, mageres Fleisch. Keine Milchprodukte mehr!)
- **Nach dem Mittagessen keine feste Nahrung mehr und nur noch klare Flüssigkeiten!** Das Mittagessen muss mindestens 3 Stunden vor Einnahme der ersten Dosis PLENVU® beendet sein.

FRÜH
ca. 6.00–10.00 Uhr



MITTAGS
ca. 12.00–14.00 Uhr



ABENDS



Trinken Sie vor, während und nach der Einnahme von Plenvu® klare Flüssigkeiten, um einen Flüssigkeitsmangel zu vermeiden.



Erlaubt sind klare Flüssigkeiten. Sie sollten zusätzlich zum Plenvu® bis 2 Stunden vor der Untersuchung viel trinken!

z.B. stilles Wasser, Obstsaft mit Wasser verdünnt und ohne Fruchtfleisch (z.B. Apfelsaft oder Apfelsaftschorle), Limonaden ohne Kohlensäure, Kräutertee wie Pfefferminz-, Kamillen- oder Fencheltee, klare Bouillon ohne Einlage. Schwarzer Kaffee ohne Milch ist erlaubt.

Nicht erlaubt sind dunkle und trübe Getränke wie Milch/ Milchprodukte, schwarzer Tee, Eistee, rot oder violett gefärbte Säfte. Kohlensäurehaltige Getränke. Jegliche Getränke, die Fruchtfleisch enthalten. Diese Getränke hinterlassen dunkle oder weisse Rückstände im Darm und können die Sicht im Darm erschweren. Vermeiden Sie alkoholische Getränke, da sie zur Austrocknung führen können.

Die Abfuhrmassnahmen führen zu einem deutlichen Wasserverlust im Körper. Aus diesem Grund ist zusätzlich zur Einnahme von Plenvu® eine hohe Flüssigkeitszufuhr wichtig. Trinken Sie bitte bereits vor sowie während und nach der Einnahme von Plenvu® viel klare Flüssigkeit!

Zubereitung der Plenvu® Lösung:

- 1 Packung Plenvu® enthält 3 Beutel. Für **Dosis 1**: 1 Beutel. Für **Dosis 2**: 2 Beutel (A+B)
- Einmal zubereitet kann Plenvu® sofort getrunken oder unter 25 °C oder im Kühlschrank abgedeckt bis zu 6 Stunden aufbewahrt werden.
- Inhalt von Dosis 1 in 500ml Wasser auflösen. Dieser Vorgang kann bis zu 8 min dauern.

DOSIS 1 (Mangogeschmack)



1 Geben Sie den **Inhalt von Dosis 1** in ein Gefäß, das mindestens 500 ml Flüssigkeit fassen kann.



2 Füllen Sie mit Wasser auf 500 ml auf.



3 Rühren Sie, bis sich das Pulver aufgelöst hat. Dieser Vorgang kann bis zu ca. 8 Minuten dauern.

Einnahmeanweisung von Plenvu® **Dosis 1** am Vorabend

Dosis 1
PLENVU®*



0,5 l

+

klare
Flüssigkeit**



mind. 0,5 l



- Trinken Sie die **Dosis 1 PLENVU®** sowie die **zusätzliche klare Flüssigkeit aufgeteilt und SCHLUCKWEISE über einen Zeitraum von mindestens 1 Stunde**. Nehmen Sie sich Zeit.
- Plenvu wird am besten gekühlt getrunken.
- Trinken Sie abwechslungsweise mind. 0,5 Liter – am besten 1,0 Liter klare Flüssigkeit zusätzlich zum Plenvu. Dies benötigen Sie zur Darmreinigung und Verhinderung einer Austrocknung.
- Halten Sie sich während der Einnahme von PLENVU in Reichweite einer Toilette auf.
- Anschliessend trinken Sie weiter beliebige klare Flüssigkeit.

Tag der Untersuchung

Zubereitung der Plenvu® Lösung

- Inhalt von Dosis 2 (Beutel A+B) in 500ml Wasser vollständig auflösen.

DOSIS 2 (Fruchtgeschmack)



1 Geben Sie den Inhalt vor Dosis 2 Beutel A und B in ein Gefäß, das mindestens 500 ml Flüssigkeit fassen kann.



2 Füllen Sie mit Wasser auf 500 ml auf.



3 Rühren Sie, bis sich das Pulver aufgelöst hat. Dieser Vorgang kann bis zu ca. 8 Minuten dauern.

Einnahmeanweisung von Plenvu® Dosis 2 am Morgen

Dosis 2 (A+B)
PLENVU®*



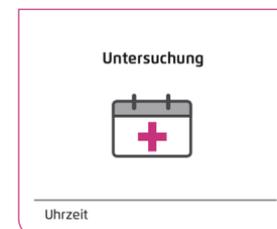
0,5 l

+

klare
Flüssigkeit**



mind. 0,5 l



- Trinken Sie die **Dosis 2 PLENVU® (Beutel A + B) sowie die zusätzliche klare Flüssigkeit aufgeteilt und SCHLUCKWEISE über einen Zeitraum von mindestens 1 Stunde.**
- Trinken Sie abwechslungsweise mind. 0,5 Liter – am besten 1,0 Liter klare Flüssigkeit zusätzlich zum Plenvu. Dies benötigen Sie zur Darmreinigung und Verhinderung einer Austrocknung.
- Am Ende sollten die Darmentleerungen flüssig und gelblich-klar und ohne feste Bestandteile sein.
- **Beenden Sie die Einnahme jeglicher Flüssigkeit 2 Stunden vor der Untersuchung!**

Eine bessere Akzeptanz erreichen Sie durch:

- Abführlösung mit vorgekühltem Wasser vorbereiten oder Eiswürfel hinzufügen.
- Mit dem Einsatz von Trink-/Strohhalmen lässt sich die Flüssigkeitsaufnahme noch angenehmer halten.
- Um das Trinken von Plenvu® erträglicher zu gestalten, versuchen Sie nach der Abführlösung ein Ihnen gut schmeckendes klares Getränk zu trinken. Zu empfehlen ist Pfefferminztee. Der würzige Geschmack der Pfefferminze ist ein idealer Ausgleich zum Fruchtgeschmack der Abführlösung und wirkt zudem beruhigend auf Ihren Darm. Bei Bedarf dürfen Sie gerne auch einige Zitronenspritzer zur Abführlösung hinzufügen.
- Zur Vorbeugung von Übelkeit insbesondere bei Trinken von Dosis 2 am Morgen hat sich bewährt, zuvor einen Schluck Tee bzw. klare Flüssigkeit zu trinken.
- Gegen Heißhunger hilft z.B. klare Bouillon, etwas Pfefferminzhaltiges wie Tee oder Kaugummi.
- Bei Übelkeit oder Bauchschmerzen machen Sie eine Pause und versuchen Sie, langsamer und schluckweise weiter zu trinken. Lassen Sie sich ausreichend Zeit.
- Bei Kopfschmerzen oder Kreislaufproblemen kann oft etwas Traubenzucker die Beschwerden lindern und versuchen Sie, weiter viel klare Flüssigkeit zu trinken.
- Gelegentlich kommt es zu Reizungen des Darmausganges. Durch das Auftragen einer fettenden Salbe wie Vaseline oder Bepanthen können Sie sich Linderung verschaffen.



Wichtige Hinweise:

Medikamente nehmen Sie bis zum Vortag der Untersuchung wie gewohnt ein. Am Morgen des Untersuchungstages lassen Sie Ihre üblichen Medikamente (Blutdruckmedikamente, Cholesterinsenker, Diabetestabletten etc.) weg ausser Ihr Arzt instruiert Sie anderweitig. Während der Reinigungsphase kann die Wirksamkeit von eingenommenen Medikamenten eingeschränkt oder aufgehoben sein. Wichtige Medikamente sollten aber auch während der Vorbereitung mit Plenvu® eingenommen werden und zwar mindestens eine Stunde vor Beginn oder frühestens 1 Stunde nach Abschluss der Einnahme von Plenvu®.

Frauen, die die Antibabypille einnehmen, sollten die Einnahme nicht unterbrechen, allerdings kann es durch die Abführmassnahmen zu einer ungenügenden Wirksamkeit kommen.

Falls Sie **Medikamente zur Blutverdünnung** einnehmen, bitten wir Sie um Rücksprache mit ihrem Hausarzt oder mit uns. Plavix und Aspirin cardio in Einzeltherapie können grundsätzlich eingenommen werden. Bei allen anderen Blutverdünnungsmedikamenten (wie Marcumar, Xarelto) muss Rücksprache genommen werden, da solche Medikamente wegen des Blutungsrisikos vor der Untersuchung pausiert werden müssen. **Nehmen Sie 5 Tage vor der Untersuchung keine Eisenpräparate mehr ein!** Falls Sie **Diabetiker** sind, bitten wir Sie um Rücksprache mit Ihrem Hausarzt.

Ablauf

Haben Sie keine Angst vor der Untersuchung - die Abführmassnahmen sind anstrengender als die Untersuchung, die in der Regel durch Gabe einer Spritze mit entspannender Wirkung (Propofol®) schmerzfrei durchzuführen ist und ca. 30 min dauert. Planen Sie aber mindestens 1 1/2 Stunden ein, damit genügend Zeit für die Vorbesprechung sowie die Ruhe nach der Untersuchung mit anschliessender Besprechung der Resultate bleibt. Nach der Untersuchung dürfen Sie wieder sofort normal essen und trinken.

Anfahrt

Bitte kommen Sie zur Untersuchung nicht mit dem Auto oder Velo, da Sie für die Untersuchung Schlafmittel erhalten und Sie, eventuell ohne es zu merken, weiterhin in Ihrer Reaktionsfähigkeit eingeschränkt sind und daher am Untersuchungstag nicht mehr Auto oder Fahrrad fahren dürfen (Versicherungsschutz entfällt). Lassen Sie sich von einer Begleitperson abholen oder benutzen Sie die öffentlichen Verkehrsmittel!

Schlussbemerkung

Bitte lesen Sie unser Merkblatt zur Dickdarmspiegelung/ Koloskopie aufmerksam durch und notieren Sie sich Fragen, die Sie uns am Untersuchungstag stellen wollen. Beantworten Sie die Fragen auf der Einverständniserklärung sorgfältig und bringen Sie die unterzeichnete Einverständniserklärung am Untersuchungstag mit. Bitte denken Sie auch daran, Ihre Krankenkassenkarte mitzubringen. Falls Sie am kantonalen Darmkrebs-Screening Programm beider Basel teilnehmen, müssen Sie sich zwingend *vor* der Untersuchung online registrieren, damit Ihre Darmspiegelung über das Programm erfolgt.

Wir verpflichten uns, Ihre Privatsphäre zu schützen und die Sicherheit Ihrer persönlichen Daten zu gewährleisten. Bitte lesen Sie das Informationsblatt zum Datenschutz und bringen Sie die Einwilligungserklärung unterzeichnet am Untersuchungstag mit. Mit der Unterzeichnung der Einwilligungserklärung erklären Sie sich mit der Bearbeitung Ihrer Personendaten in unserer Praxis gemäss der vorliegenden Datenschutzerklärung einverstanden.

Da die Untersuchungsbedingungen bei jedem Patienten unterschiedlich und vorher nicht absehbar sind, kann es in der Terminierung zu zeitlichen Verzögerungen kommen. Wir bitten um Ihr Verständnis, da jeder Patient eine individuelle Behandlung benötigt.

Für allfällige Rückfragen bzgl. der Untersuchung und den vorbereitenden Massnahmen stehen wir gerne zu Ihrer Verfügung. Wir sind bemüht, die Darmspiegelung für Sie so angenehm wie möglich zu gestalten. Bitte melden Sie sich im Verhinderungsfall so früh wie möglich (mind. 48 Std vorher)

Bei Fragen rufen Sie uns gerne an (Tel. 061 681 86 86)



Informationen zur Darmspiegelung

Weshalb erfolgt eine Dickdarmspiegelung?

Bei der Dickdarmspiegelung werden der gesamte Dickdarm, die letzten Abschnitte des Dünndarmes sowie der Enddarm inklusive des Afters untersucht. Es lassen sich damit Erkrankungen dieser Organe feststellen und teilweise auch behandeln oder der Verlauf von bekannten Erkrankungen kontrollieren.

Welche Vorbereitungen sind für eine Dickdarmspiegelung nötig?

Die Dickdarmspiegelung erfordert zuvor eine gründliche Reinigung des Darmes (siehe separate Anweisungen). Bitte befolgen Sie die Anweisungen zur Darmreinigung genau. Die Einnahme von Eisenpräparaten ist 5 Tage vor der Untersuchung zu stoppen

Fahrtüchtigkeit/Arbeitsfähigkeit?

Für die Untersuchung werden Ihnen in der Regel Schlaf- und/oder Schmerzmedikamente verabreicht. Die Fahrtüchtigkeit ist nach Erhalt dieser Medikamente nicht gegeben. Kommen Sie nicht mit dem eigenen Fahrzeug. Sorgen Sie für eine persönliche Begleitung. Nach Verabreichung dieser Medikamente besteht für 12 Stunden auch keine Unterschriftsfähigkeit. Das bedeutet, dass Sie während dieser Zeit keine Verträge abschliessen sollten.

Wie läuft die Dickdarmspiegelung ab?

Zur allfälligen Verabreichung von Schlaf- und Schmerzmedikamenten wird zunächst am Arm eine Infusion gelegt. Untersucht wird mit einem dünnen beweglichen „Schlauch“ (Endoskop) an dessen Spitze eine Lichtquelle und eine Kamera angebracht sind. Damit kann der Arzt die Schleimhaut des Darmes einsehen und nach krankhaften Veränderungen absuchen. Wenn solche Veränderungen gefunden werden, können Gewebeproben (Biopsien) entnommen und anschliessend unter dem Mikroskop analysiert werden. Falls Polypen (Schleimhautgewächse, die meist gutartig sind, aber über Jahre in einen Krebs übergehen können) vorliegen, werden diese wenn möglich entfernt. Trotz grösster Aufmerksamkeit werden ca. 5-10% der Polypen nicht gefunden. Auch aktive Blutungen können durch geeignete Methoden (Bsp. Unterspritzen mit verdünntem Adrenalin oder Setzen von Clips) gestillt werden.

Um die Darmwand gut einsehen zu können, wird der Darm während der Untersuchung etwas aufgeblasen. Gelegentlich muss zum Weiterführen des Endoskopes von aussen auf den Bauch gedrückt werden, oder eine Röntgendurchleuchtung durchgeführt werden. Während der Untersuchung ist neben dem Arzt auch eine speziell geschulte Pflegefachperson anwesend.

Ist die Dickdarmspiegelung schmerzhaft?

Zeitweise kann die Darmspiegelung schmerzhaft sein. Deshalb werden schmerzstillende/beruhigende Medikamente je nach Bedarf während der Untersuchung verabreicht. Diese Medikamente erlauben eine schmerzfreie Untersuchung.

Welche Risiken sind mit der Dickdarmspiegelung verbunden?

Die Untersuchung selbst, die Entnahme von Gewebeproben und Polypenentfernungen sind risikoarm. Es kann aber trotz grösster Sorgfalt zu Komplikationen kommen, die in Ausnahmefällen auch lebensbedrohlich sein können. Mögliche Komplikationen sind Blutungen (0.5 - 3%), die meist unmittelbar nach der Abtragung von Polypen auftreten und die direkt endoskopisch gestoppt werden können. Seltener können verzögerte Blutungen innerhalb der ersten Woche nach Behandlung auftreten. Sehr selten (0.3–0.5%) sind Perforationen (Durchbruch der Darmwand) zu beobachten, in deren Folge im schlimmsten Fall eine Operation notwendig wird. Nach Gabe von Schlafmedikamenten kann es in seltenen Fällen zu Beeinträchtigung der Atem- und Herzfunktion kommen.

Wie verhalte ich mich nach der Untersuchung?

Wenn Sie für die Dickdarmspiegelung eine beruhigende/schmerzstillende Spritze erhalten haben, werden Sie nach der Untersuchung überwacht, bis Sie ausgeschlafen haben. In den Stunden nach der Untersuchung kann ein Druckgefühl im Bauch (vermehrte Luft im Darm) bestehen. Nimmt dieses zu oder treten **neue Bauchschmerzen** auf, beobachten Sie eine Blutung aus dem After oder bekommen Sie Fieber, informieren Sie unverzüglich Ihren Arzt oder gehen Sie auf eine Notfallstation.