



Praxis für Gastroenterologie, Zürich - Fluntern

Dr. med. Marcel Halama, Facharzt FMH für Gastroenterologie und Innere Medizin

Aerztehaus Fluntern, Zürichbergstrasse 70, 8044 Zürich

Tel: 044/251 40 40 oder 044/251 42 36; Fax: 044 / 262 51 84;

marcel.halama@hin.ch ; www.gastro-fluntern.ch

### **Vorbereitung mit PLENVU® für eine Koloskopie morgens zwischen 7.30 und 8.45 Uhr**

Um die Darmspiegelung möglichst einfach und aussagekräftig zu gestalten, sollte der Darm vollständig gereinigt werden. Deshalb ist es unbedingt notwendig, dass Sie die nachfolgende Anleitung befolgen. Die verwendete PLENVU-Lösung dient zur Säuberung des Darmes und verursacht deshalb einen vorübergehenden Durchfall. Wichtige andere Medikamente müssen sicher mindestens eine Stunde vor Anwendungsbeginn von PLENVU eingenommen werden.

#### **Verboten:**

Ab 3 Tage vor der Untersuchung bitte keine Früchte, Gemüse, Salat, Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Birchermüesli, Vollkornprodukte, Feigen oder Nüsse essen. Wegen des Fasergehaltes und der Körner wird die Untersuchung dadurch erheblich erschwert.

#### **AM VORTAG der Untersuchung**

Erlaubt bis 15.00

**wie zwei Tage vorher** nur faserarme Kost essen, z.B. Weissbrot, Ruchbrot, Margarine, Butter, Honig, Milch, Rahm, Joghurt ohne Fruchtstücke, Konfitüre ohne Kerne, Fleisch, Geflügel, Wurstwaren, Fisch, Eierspeisen, polierter Reis, Teigwaren, gut pürierte Suppen, passierte Tomatensauce, Käse, Tofu, Kartoffelgerichte wie Rösti, Stocki, Bananen, Apfelmus. **Danach nichts mehr essen dafür viel trinken: Tee, Mineralwasser, klare Bouillon**

#### **Von 18:00-19.00 Uhr**

Inhalt von Dosis 1 in 0.5 Liter Wasser auflösen, gut rühren (es kann einigen Minuten dauern bis sich das Pulver gut aufgelöst hat). Zuerst 0.2 Liter klare Flüssigkeit einnehmen, danach 0.5 Liter PLENVU Dosis 1 (Mangogesmack) langsam, glasweise, verteilt über 30 Minuten trinken. TIPP: Gekühlt trinken. Danach 0.5 Liter klare Flüssigkeit, z. Bsp. Wasser, Tee, klare Bouillon, Sirup, Softdrinks; (keine Milch, keine Fruchtsäfte) nachtrinken. PLENVU Dosis 1 dient primär der Stuhlweichmachung. Trotzdem kann es vereinzelt bereits innert 1-3 Stunden nach beendeter Einnahme zu ersten Darmentleerungen kommen.

#### **Von 20.30-21.30 Uhr:**

Inhalt von Dosis 2 Beutel A und B in 0.5 Liter Wasser auflösen, gut rühren (es kann einige Minuten dauern bis sich das Pulver aufgelöst hat). 0.5 Liter PLENVU Dosis 2 (Fruchtgeschmack) langsam, glasweise, verteilt über 30 Minuten trinken. TIPP: Gekühlt trinken. Danach mindestens nochmals 0.5 Liter klare Flüssigkeit, z. Bsp. Wasser, Tee, klare Bouillon, Kaffee ohne Milch, Eistee, Sirup, Softdrinks; (keine Milch, keine Fruchtsäfte) nachtrinken. Die Darmentleerung beginnt meist zügig nach Beginn der Einnahme von PLENVU Dosis 2.

Der Darm ist sauber, wenn nur noch wässrige, gelb-grünliche Flüssigkeit entleert wird.

**Bitte beachten: ab 60 Minuten vor der Untersuchung keine Flüssigkeit mehr trinken**

Bei Fragen oder Unklarheiten können Sie uns gerne jederzeit kontaktieren.