



Die Vorbereitung zur Darmspiegelung

Leider kann der Darm nicht einfach so untersucht werden. Der Darm ist schlichtweg einfach zu voll und die Darmschleimhaut von einer Bakterien- und Schleimschicht bedeckt. Um eine gute Beurteilbarkeit zu erreichen und auch eine zügige und möglichst wenig unangenehme Untersuchung zu ermöglichen muss der Darm vor der Untersuchung gründlich gereinigt werden!

Die Darmreinigung kann wesentlich vereinfacht werden, wenn Sie bereits 3 Tage vor Ihrem Termin bei der Wahl Ihrer Nahrungsmittel die Ballaststoffe vermeiden.

**Das heißt: Bitte KEIN OBST, GEMÜSE, SALAT und KEINE VOLLKORNPRODUKTE!
Kein Reis, keine Zwiebeln, Linsen, Marmeladen und Kräuter.**

Erlaubt sind: Weißbrot, Butter, Wurst, Käse, Fleisch, Fisch, Eier, Nudeln und klare Flüssigkeiten.

Sie dürfen (diese Diät) essen bis zum Tag vor der Untersuchung. Am Tag vor der Untersuchung dürfen Sie noch Frühstück und Mittagessen (nach diesen Diättempfehlungen) zu sich nehmen. Ab 12.30 Uhr aber bitten wir sie **NICHTS MEHR ZU ESSEN**. Trinken dürfen sie weiterhin klare Flüssigkeiten.

Sie bekommen beim Vorgespräch ein Abführmittel ausgehändigt (Standard: Eziclen): In dem Karton werden Sie zwei (gleiche) Fläschchen und einen Messbecher finden. Nehmen Sie am Tag vor der Untersuchung um 17 Uhr eine der zwei Flaschen heraus und schütten den Inhalt in den beigefügten Messbecher. Füllen Sie den Becher dann mit Wasser bis zum Strich auf (die Gesamtmenge beträgt dann 500 ml). Dann trinken Sie den Messbecher zügig aus. Ein Mischen mit anderen klaren Getränken (Apfelsaft oder ähnliches) ist möglich. Trinken Sie in den folgenden 2-3 Stunden noch zwei Liter Wasser, Tee oder andere klare Flüssigkeiten (Limonade, Apfelschorle oder ähnliches ist möglich). Stellen Sie sich darauf ein, dass Sie nach einer halben bis 2 Stunde Durchfall bekommen werden.

Am nächsten Morgen des Untersuchungstages nehmen Sie vier Stunden vor Ihrem Termin aus dem Karton bitte die zweite Flasche. Füllen Sie den Inhalt wieder in den Messbecher und füllen mit Wasser auf bis zum Strich. Trinken Sie das Abführmittel dann wieder möglichst zügig, mindestens – wenn möglich - innerhalb einer halben Stunde.

Und danach bitte nochmal einen bis zwei Liter klare Flüssigkeit Ihrer Wahl. Sie werden daraufhin erneut Durchfall bekommen, der aber nach 2 Stunden soweit abklingen wird, dass Sie zu uns kommen können.

Der vereinbarte Termin dient Ihnen und uns zur Orientierung. Es kann durchaus sein, dass wir Sie am Untersuchungstag anrufen und Sie bitten werden etwas früher oder

später in unsere Praxis zu kommen um unnötige Wartezeiten zu vermeiden. Hierzu bitten wir Sie um Angabe Ihrer Telefonnummer und bitten Sie auch am Morgen der Untersuchung sicher erreichbar zu sein.

Bitte bringen Sie ein T-Shirt oder Pulli zum Wechseln, ein Handtuch und ggf auch eine Decke mit.

Frauen, die mit der Antibabypille verhüten müssen bedenken, dass durch die Abführmaßnahmen der Empfängnischutz nicht mehr gewährleistet sein kann. Männer dürfen 48 Stunden vor der Untersuchung keine potenzsteigernden Medikamente wie z.B. Viagra oder Cialis einnehmen.

Während der Untersuchung bekommen Sie je nach Wunsch ein Schlafmittel: eine sogenannte Sedierung. Danach sind Sie verkehrsuntauglich und müssen abgeholt werden oder alternativ mit dem Taxi nach Hause fahren. Bitte machen Sie sich in jedem Fall vorab Gedanken, wer Sie abholen könnte. Nach einer Sedierung werden Sie noch ca. 1 Stunde zur Nachüberwachung in unserer Praxis bleiben.

Insgesamt sollten Sie eine Aufenthaltszeit von 1,5 bis 2 Stunden einplanen.