

**Ihr Untersuchungs-Termin:**

**Datum:** .....

**Uhrzeit:** .....

**Variante:  
PICOPREP,  
Citrafleet  
Beachten der  
Termin-Uhrzeit**

**Dr. med. Gerhard Herold**

Facharzt für Innere Medizin und **Gastroenterologie**,  
Proktologie -- Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008

Lindenstraße 1  
89165 Dietenheim

e-mail:  
Internet:

Tel. (07347) 919494  
Fax (07347) 919495  
info@dr-g-herold.de  
www.dr-g-herold.de

## Vorbereitung für die Darmspiegelung (Koloskopie)

**Sehr geehrte(r), liebe(r) Patient(in),**

Zur Klärung Ihrer Beschwerden muss eine Spiegelung des ganzen Dickdarms durchgeführt werden. Damit die Darmschleimhaut gut beurteilt werden kann, muss der Darm zuvor gründlich gereinigt werden. Bitte beachten Sie deshalb folgende Verhaltensregeln **ganz genau** - denn nur dann ist gewährleistet, daß ihr Darm wirklich sauber ist, und die Untersuchung **wirklich aussagekräftig** ist.

**Halten Sie sich im Folgenden bitte an DIESE Anweisungen und nicht an den Beipackzettel des Abführmittels**

**Beachten Sie den Unterschied in den Vorgaben, abhängig von der Uhrzeit Ihres Untersuchungstermins !!!**

### ① Vier Tage vor dem Untersuchungstermin:

Sie dürfen keine Nahrungsmittel zu sich nehmen **die Kerne und Körner enthalten** (z.B. Tomaten, Kiwi, Trauben; kein entsprechendes Müsli, kein Körnerbrot etc.).

**Zwei Tage vorher keine Hülsenfrüchte, schalenreiche Rohkost, fettreiche Kost.** Erlaubt bleiben folgende Nahrungsmittel: Weißbrot, Gemüse, fettarme Joghurt- + Milchprodukte, wenig Ballast- und Faserstoffe !, magerer Schinken/Wurst, Zwieback, Salzstangen, Nudeln, Eier, Kartoffeln, Reis, sowie Vergleichbares !.

### ② Ein Tag vor dem Untersuchungstermin:

Morgens ein kleines Frühstück z.B. 1 Brötchen mit magerer Wurst/Marmelade ohne Kerne, sowie eine Tasse Kaffee o. Tee!

**Ab jetzt nichts mehr essen, nur noch trinken!** Nur noch klare + helle Getränke trinken, **aber davon viel (2-3 Liter)**, wechseln Sie **ab**: helle Tees, Mineralwässer, klare Brühe/Gemüsebrühe (muss man sieben), Fruchtsaft ohne Fruchtfleisch, isotonische Sportgetränke, etc., also alles **was nicht dunkel, rot oder trübe ist**. Süßen ist erlaubt.

**(Bitte Einverständniserklärung mit Datum unterschreiben, letzter Aufruf !!)**

**▶ ▶ Zwischen 16.00 und 16.30 Uhr nehmen sie bitte die 2 Tabl. (Bisacodyl)**

**▶ ▶ Der erste Beutel PICOPREP/CITRAFLEET, bzw. die Zubereitung wird zwischen 18:00 und 18:30 Uhr getrunken**

Lösen Sie **einen Beutel PICOPREP/CITRAFLEET** in einem Glas mit 150 ml Wasser auf; **rühren Sie 2-3 min um**. Falls die milchige Lösung heiß wird, vor dem Trinken etwas abkühlen lassen.

Trinken Sie zügig die Lösung, **danach 30 min warten**, damit die Lösung auch richtig wirken kann.

**Trinken Sie danach noch ca. 2-3 Liter !**

### ③ Am Tag der Untersuchung: (Sie dürfen nur Trinken)

**▶ ▶ 4 Std.!! vor ihrem Termin den zweiten Beutel PICOPREP/CITRAFLEET trinken**

**Den 2. Beutel PICOPREP/Citrafleet auflösen**, zügig trinken und wieder 30 min warten. Danach noch einmal reichlich (**möglichst bis zu 3 l !!**) trinken; Mögliche Getränke siehe oben. Nehmen Sie **auch viel Salzhaltiges (!)** zu sich, **nicht nur Leitungswasser**. Bewegen Sie sich viel !. Sie sollen weiter trinken, bis ca. eine Stunde, bevor Sie das Haus verlassen.

Kommt nur noch fast **klare, gelb-grüne Flüssigkeit** ohne feste Bestandteile, ist alles in Ordnung, der Darm ist gut sauber. Trinken Sie jedoch unbedingt weiter, falls der Reinigungseffekt nicht ausreicht. Dies kann insb. bei Ernährungsfehlern während der Vorbereitung und bei chronischer Verstopfung der Fall sein. Sollte ausnahmsweise die Reinigung nicht ausreichen, oder Sie andere Probleme beim Abführen haben, **rufen Sie uns an**.

**Wichtige Details auf der Rückseite, bitte dort unbedingt weiterlesen .....**

**Ihr Untersuchungs-Termin:**

**Datum:** .....

**Uhrzeit:** .....

**Variante:  
PICOPREP,  
Citrafleet  
Beachten der  
Termin-Uhrzeit**

**Dr. med. Gerhard Herold**

Facharzt für Innere Medizin und **Gastroenterologie**,  
Proktologie -- Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008

Lindenstraße 1  
89165 Dietenheim

e-mail:  
Internet:

Tel. (07347) 919494  
Fax (07347) 919495  
info@dr-g-herold.de  
www.dr-g-herold.de

### **Sehr Wichtig !**

① ▶ Bitte lassen Sie sich zur Untersuchung fahren, sofern Sie eine erleichternde medikamentöse Begleitbehandlung wünschen. Erhalten Sie eine Prämedikation ("Schlaf-Spritze"), so sind Sie nach der Untersuchung (und den Rest des Untersuchungstages) in Ihrer Reaktionsfähigkeit beeinträchtigt und deshalb nicht verkehrstüchtig.

① ▶ Tragen Sie dafür Sorge, dass sich an diesem Tag ggf. ein(e) Angehörige(r) um Sie kümmern kann.

① ▶ Bringen Sie bitte zu Ihrem Termin 2 große Hand-/Badetücher mit !

① ▶ Tragen Sie möglichst ein Kurzarm - Shirt !

### **Sollten Sie im Verlauf der Vorbereitung Probleme haben .....**

- 1) Rufen Sie uns im Zweifelsfall an. Sie können auch eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, wir rufen Sie baldmöglichst zurück.
- 2) Ist Ihnen sehr übel, mussten Sie erbrechen: versuchen Sie trotzdem, zunächst alles weiter so zu machen, wie vorgesehen. Nehmen Sie möglichst mineralstoffhaltige und salzhaltige Getränke zu sich, nicht nur reines (Leitungs-) Wasser !
- 3) Haben Sie Kopfschmerzen bekommen: Paracetamol ist erlaubt, bei starken Schmerzen auch ausnahmsweise Ibuprofen oder Diclofenac.
- 4) Sind Sie bis ca. 1-2 Stunden vor Ihrem Termin mit dem Ergebnis der Reinigung NICHT zufrieden, ist die entleerte Flüssigkeit noch sehr trübe, oder sogar richtig Materialhaltig (siehe Vorgaben oben), so kommen Sie bitte unbedingt bereits ca. eine Stunde vor Ihrem Termin schon zu uns in die Praxis. In der Regel finden wir gemeinsam Lösungen vor Ort (z.B. einen Einlauf).

### **Und abschließend noch ein Hinweis in eigener Sache, mit der Bitte für Ihr Verständnis:**

Wir bemühen uns sehr, Ihren Termin einzuhalten, und ohne Verspätung zu arbeiten, in unserem beiderseitigen Interesse. Die für Ihre Darmspiegelung eingeplante Zeit orientiert sich an Durchschnitts- und Erfahrungswerten.

Aber wir wissen nie im Voraus, ob IHR DARM schwierigere Schleifen mit höherer Passagezeit aufweist, ob durch eine eingeschränkte Reinigung mehr Aufwand für Abspülen und Absaugen entsteht, **und vor allem wissen wir vorher nicht, ob überhaupt (in ca. 30 %), und wie viele Polypen/Adenome vorhanden sind**, die ja dann mit entsprechendem Zeitaufwand, und vor allem für jeden Patienten, **also auch für SIE**, mit stets gleichbleibender Sorgfalt und Aufmerksamkeit entfernt werden müssen.

Deshalb kann es leider auch, im Verlauf eines langen Arbeitstages, kumulativ zu Verspätungen kommen, die nicht mehr zu kompensieren sind. Auch der Reinigungs- und Desinfektionsprozess für die Endoskope kann nicht verkürzt werden. Zusätzlich werden dann auch oft unsere Pufferzeiten durch Notfälle ausgefüllt.

**Wir hoffen und wünschen uns, dass die Kenntnis dieser Aspekte, Ihr Verständnis und Ihre Akzeptanz für nicht vermeidbare Verspätungen erhöht, wenn Sie es sind, die oder der davon betroffen ist.**

