

**Diät zur Vorbereitung einer Darmspiegelung (Koloskopie) mit MOVIPREP®**

Die Vorbereitungszeit beträgt insgesamt 7 Tage. Essen Sie in den ersten fünf Tagen auf keinen Fall körnerhaltige Speisen. **Halten Sie eine ballaststoffarme Ernährung ein.** Ballaststoffe sind die unverdaulichen Bestandteile von Getreide, Obst und Gemüse.

Tage / Datum	Diät / Vorbereitende Maßnahmen	
1.Tag:.....          bis 5.Tag.	<p><b>Nicht erlaubte Speisen:</b> Obst-/Gemüse, Blattsalate, Körner/ körnhaltige Nahrungsmittel, Vollkorn, Vollkornmehlprodukte, Körnerbrot, Kleie, Kleie-Kekse, Kokos-Kekse, alle Getreidearten mit Kleie oder Vollkorn wie Weizenschrot, Müsli, Hafern Nüsse. Des Weiteren sollten Sie keine Quellmittel (Mucofalk o.ä.) zu sich nehmen.</p> <p><b>Erlaubte Speisen:</b> Leichte, ballaststoffarme Kost: Mageres, zartes Lamm, Rind, Schwein, Huhn, Pute, Innereien, magerer Schinken, Fisch, Eierspeisen, klare Suppen, Kartoffeln gekocht und püriert (keine Schalen), Pudding, Pfannkuchen; Konditorware mit weißem Mehl, Weißbrot, Butterkekse; Spaghetti und Nudeln, weißer Reis; klare Gelees / Wackelpudding. Käse: Hartkäse, Quark, Bonbons, Milkschokolade: Kuchen ohne Obst oder Körner wie Sandkuchen, Butterkuchen, Hefekuchen, Marmorkuchen, Rührkuchen, Biskuit; Eis, Joghurt, Gelee, Honig, Sirup.</p> <p><b>Erlaubte Flüssigkeiten:</b> Klare Getränke mit oder ohne Kohlensäure, Fruchtsäfte (ohne Fruchtfleisch), alle klaren Flüssigkeiten wie Tee, schwarzer Kaffee, Wasser, Sodawasser, Tonic Wasser, Limonade, klare Suppen und Brühen; Sie können Zucker für Ihre Getränke benutzen. Wein, Bier.</p> <p><b>Nicht erlaubte Flüssigkeiten:</b> Getränke oder Suppen verdickt mit Mehl, anderen Verdickungsmitteln oder Schalen und Körnern, Milch in größeren Mengen. Smoothies</p>	
6.Tag:.....	<p><b>Frühstück:</b> Nehmen Sie ein kleines Frühstück zu sich.</p> <p><b>Danach nichts mehr essen</b>, nur noch klare Flüssigkeiten trinken, z.B. Apfelschorle, Wasser und Tee. klare Brühe (ohne Fleisch oder Ballaststoffe wie z.B. Obst, Gemüse oder Müsli)</p>	
<b>Tag vor der Untersuchung</b>	<p><b>Sie haben einen "frühen" Termin - vor 10 Uhr:</b> Nehmen Sie den ersten Liter der Abföhrlösung am frühen Nachmittag ab 16 Uhr ein, den zweiten Liter am späteren Abend ab 21 Uhr. Trinken Sie 1 Liter MOVIPREP® innerhalb von 1 Stunde. Versuchen Sie alle 10 Minuten ein Glas zu trinken.</p> <p style="text-align: center;">-----</p>	<p><b>Sie haben einen "späten" Termin - 10 Uhr oder später:</b> Nehmen Sie den ersten Liter der Abföhrlösung am späten Nachmittag ab 17 Uhr ein. . Trinken Sie 1 Liter MOVIPREP® innerhalb von 1 Stunde. Versuchen Sie alle 10 Minuten ein Glas zu trinken.</p> <p style="text-align: center;">-----</p>
7.Tag:.....  <b>Untersuchung/ Koloskopie</b>	<p>Es sind nur noch klare Flüssigkeiten erlaubt (Wasser... s.u.). Trinken Sie keine Milch oder Milchgetränke, auch keinen Kaffee oder schwarzen Tee.</p> <p>Nehmen Sie den zweiten Liter spätestens 4 Stunden vor dem Untersuchungstermin (am frühen Morgen des 7. Tages) ein.</p>	
Uhrzeit: .....	<p>Unterstützen Sie die gründliche Reinigung Ihres Darmes mit mindestens 2 Litern zusätzlicher Flüssigkeit (Tee, Wasser, klare Säfte ohne Fruchtfleisch).</p>	

Herstellung der Trinklösung mit MOVIPREP®: Eine Packung MOVIPREP® enthält je 2 Beutel A und B eines Pulvers. Füllen Sie den Inhalt von je 1 Beutel A und 1 Beutel B in ein Gefäß. Geben Sie 1 Liter Wasser hinzu. Verröhren Sie das Ganze bis die Flüssigkeit nahezu klar ist. (Dies kann einige Minuten dauern.) Vorschlag: Trinken Sie MOVIPREP® geköhlt.

Die ausgeschiedene Flüssigkeit nach Beendigung des Abföhrens sollte klar und hell sein. Meist hat diese eine gelbliche Farbe wie Kamillentee, kleine Flocken und Schwebeteile darin behindern die Darmspiegelung aber nicht. Ist die ausgeschiedene Flüssigkeit nicht wie oben beschrieben, muss weiterhin bis 1 Stunde vor der Untersuchung klare Flüssigkeit getrunken werden.

Sollte das Abföhren nicht zur erwünschten Darmreinigung föhren bitten wir, telefonisch mit der Praxis Kontakt aufzunehmen.

Grundsätzlich sollen Herz- und Blutdruckmedikamente weiter eingenommen werden. Die Wirksamkeit kann evtl. durch eine verminderte Aufnahme verringert sein (zu Bedenken auch bei der „Pille“).

**Mitbringen: 2 große Badetücher, 1 Handtuch, kurze Ärmel, (Ggf. warme Socken).**