

Praxis Dr. med. Reinhard Burlefinger  
Innere Medizin und Gastroenterologie  
Bavariaring 45 80336 München  
Tel.: 089-982775-0 Fax.: -13

### **Merkblatt zur Koloskopievorbereitung**

Ihr persönlicher Termin: Wochentag: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_

---

#### **Zwei Tage vor der Untersuchung:**

Verboten (dann wird die Vorbereitung kürzer und einfacher):

- Ballaststoffreiche und faserreiche Kost wie z.B. Salat, Vollkornprodukte, Haferflocken, Hülsenfrüchte, Rindfleisch, Paprika, Zwiebeln, Spinat
- Kernobst sowie alle Obst- und Gemüsesorten mit kleinen Kernen z.B. Weintrauben, Kiwi, Erdbeeren, Tomaten, Gurken usw.; Desgleichen Marmelade mit kleinen Kernen
- Füll- und Quellmittel z.B. Weizenkleie, Leinsamen, Agiocur, Metamucil
- Eisenpräparate (möglichst schon 4-5 Tage vorher absetzen)
- **ASS, Aspirin, Marcumar, Clopidogrel (o.ä. Medikation zur "Blutverdünnung")** am besten bereits 1-10 Tage vorher absetzen (**aber nur** in Absprache mit dem behandelnden Arzt!)

Erlaubt:

- Alle leichtverdaulichen Speisen wie z.B. helles Brot, Käse, Wurst, Geflügel, Fisch, Nudeln, Kartoffeln, Reis usw.
- 

#### **Einen Tag vor der Untersuchung:**

Unbedingt reichlich (2-3 Liter) trinken! Sie verlieren morgen viel Flüssigkeit!

Frühstück: wie gewohnt (aber keine Vollkornprodukte)

Nach dem Frühstück: nichts mehr essen, nur noch helle/gelbe Getränke trinken wie z.B. heller Tee, Apfelschorle, Limo, Wasser (kohlenensäurehaltige Getränke sind kein Problem!), klare Suppen usw. (keine dunklen, keine trüben Getränke, kein Fruchtfleisch!). Traubenzucker ist jederzeit erlaubt!

14 Uhr

2 Tbl. Laxans

16 Uhr

2 Tbl. Laxans

18 Uhr

**1 Beutel Picoprep**

Inhalt des Beutels in eine Tasse mit 150 ml kalten Leitungswasser einrühren. Ca. 2-3 min. umrühren. Falls die Lösung heiß wird, erst abkühlen lassen, dann die trübe Lösung unverzüglich trinken.

Danach weitere helle/gelbe Flüssigkeit.

Wichtig: Ab 18 Uhr in Toilettennähe bleiben!

**Zusätzlich weiter viel klare Flüssigkeiten in ausreichender (1 Liter) Menge trinken**

---

**Am Untersuchungstag:**

5-6 Uhr : 1 Beutel Mannit Pulver (100 g) in 1 Liter Wasser auflösen und innerhalb von 30 bis 45 Minuten trinken. In der Regel hält der Durchfall mindestens 3 Stunden an.

Abschmecken mit etwas Zitronensaft oder Zugabe von einem halben Liter klarem, hellem Fruchtsaft (am besten Orangen- oder Apfelsaft ohne Fruchtfleisch) erleichtern in der Regel das Trinken. Wasser und helle/gelbe Getränke sind zusätzlich noch jederzeit erlaubt!

---

**WICHTIG:** In großen Schlucken trinken, keine „dunklen“ Säfte (Kirsche, Johannisbeere, rote Traube) und keinen „dunklen“ Tee; gekühlt schmeckt es oftmals besser. Zusätzlich dürfen Sie klare Getränke unbegrenzt trinken. Traubenzucker ist jederzeit erlaubt

Die Untersuchung kann erst durchgeführt werden, wenn der Darm völlig entleert ist (Entleerung von klarer, gelblicher Flüssigkeit). Über Nacht gelangt immer Stuhl aus dem Dünndarm in den Dickdarm, deshalb ist eine Vorbereitung am Untersuchungstag selbst so wichtig.

Im Bedarfsfall sind zusätzliche zeitaufwendige Abführmaßnahmen in der Praxis erforderlich, dies kann ggf. zu einer längeren Wartezeit führen. Bitte haben Sie hierfür Verständnis und berücksichtigen Sie dies bei Ihrer Terminplanung.

Mitunter war auch der Darm eines Patienten vor Ihnen lange Zeit nicht sauber oder extrem schwierig zu untersuchen. Bitte haben Sie Verständnis, wenn sich Ihre Wartezeit, hierdurch nicht vorhersehbar, deutlich verlängern sollte.

Bei Frauen, welche die Antibabypille einnehmen, kann es (muss nicht) durch die Abführmaßnahmen zu einer ungenügenden Wirksamkeit der Pille in diesem Zyklus kommen. Die regelmäßige Einnahme soll durch die Koloskopie-Vorbereitung aber nicht unterbrochen werden. Die Menstruationsblutung ist für die Untersuchung nicht relevant.

Durch die Abführmaßnahme am Untersuchungstag können Phasen mit leichter Übelkeit entstehen. Durch tiefes Durchatmen kann ein etwaiger Würgereiz unterdrückt werden. Bevor Sie aber aufgeben und die Abführmaßnahmen einfach beenden, kommen Sie bitte ohne Umschweife in die Praxis und lassen sich von uns helfen. Weitere Fragen beantworten wir Ihnen sehr gerne.

Von der Anfahrt mit dem eigenen PKW ist abzuraten, da durch die Spritze (falls gewünscht) die Fahrtauglichkeit nach der Untersuchung nicht mehr gewährleistet ist. Die Praxis ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar. Am besten lassen Sie sich abholen. Bitte bringen Sie keine Wertgegenstände mit.

Die Untersuchung ist im Vergleich zu den aufwändigen Abführmaßnahmen eher harmlos, machen Sie sich also keine schlaflose Nacht!

Ihr Praxisteam

Dr. med. Reinhard Burlefinger