

## VORBEREITUNG ZUR KOLOSKOPIE (DARMSPIEGELUNG) MIT ENDOFALK

Termin am \_\_\_\_\_ um \_\_\_\_\_ (VOR 09:00 UHR)  
Bitte 20 min früher da sein

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,  
die Darmspiegelung dient zur Abklärung entzündlicher Veränderungen  
im Dick- und Dünndarm sowie zum Ausschluss von Tumoren. Um die Qualität der  
Untersuchung gewährleisten zu können, muss der Darm vollständig gereinigt sein.  
Essensreste im Darm behindern die Sicht während der Untersuchung. Wir bitten Sie daher  
die folgende Anleitung zum Abführen genau zu befolgen. Als Patient sind Sie durch das  
„richtige Trinken“ für optimale Untersuchungsbedingungen mit verantwortlich.

### 5 TAGE VOR DER UNTERSUCHUNG

Sollten Sie keine kernhaltigen Lebensmittel zu sich nehmen

wie Beeren, Körnerbrot, Müsli, Tomaten, Trauben,  
Kiwi, Gurken, Feigen, Leinsamen, Nüsse, Zucchini  
Medikamente: Falls Sie regelmäßig Medikamente einnehmen,  
wie zum Beispiel **Blutverdünner**, sollten Sie mit Ihrem Arzt sprechen,  
ob und wie dieses Arzneimittel in der Woche vor der Darmspiegelung  
weiter einzunehmen sind

**Eisenpräparate** können die Sicht im Darm erschweren. Bitte sprechen Sie die Einnahme dieser  
Präparate mit Ihrem Arzt.

Antibabypille: Durch die Abführmaßnahmen kann es zu einer ungenügenden Wirksamkeit der Pille  
kommen. Nehmen Sie die Antibabypille unbedingt weiter regelmäßig ein.



### 3 TAGE VOR DER UNTERSUCHUNG:

Sollten Sie zusätzlich auf Lebensmittel wie Früchte, Gemüse,  
wie Blattsalate, Paprika, Pilze, Zwiebeln und Spinat verzichten.



**Am besten Endofalk am Abend 2 Tage vor der Untersuchung anrühren wie unten  
beschrieben und kühlen**

### 1 TAG VOR DER UNTERSUCHUNG:

**Diabetiker:** Es erfolgt keine Anrechnung auf Broteinheiten(BE), Insuline und Zuckertabletten müssen  
ab jetzt und für den Untersuchungstag pausiert werden, abendliche Langzeitinsuline müssen 2 Tage  
vorher pausiert werden.

**Frühstück:** Ein leichtes Frühstück bitte ohne Vollkornprodukte

Mittagessen(bis 12 Uhr): Dies ist die letzte Mahlzeit vor der geplanten Untersuchung.

Hier dürfen Sie zum Beispiel Teigwaren (Nudeln), Kartoffeln, weißer Reis oder Toastbrot und  
Hähnchen zu sich nehmen. Dazu reichlich trinken.

**Erlaubt** sind Getränke wie Wasser ohne Kohlensäure, Kräutertee, Bouillon, Apfelsaft (klar), Eistee,  
klare Suppen ohne Einlage oder Apfelsaftschorle.

**Nicht erlaubt:** Kaffee, schwarzer/grüner/ Fruchtetee, rote/trübe Fruchtsäfte, Milch/Milchprodukte.,  
Cola, Fanta und Sprite.

**Diese Mahlzeit ist die letzte feste Nahrung bis zu Ihrer Untersuchung!**

**Bitte wenden**

### Darmreinigung am Vortag:

- **Um 14.00 Uhr:** Nehmen Sie 2 Tabletten **Tirgon** zur Darmaktivierung ein. Die Tabletten wirken selbst nicht abführend, sollten aber 2 Stunden vor dem ersten Abführmittel eingenommen werden. Bitte nehmen Sie **drei Beutel Endofalk** und lösen diese in **½ Liter lauwarmen Wasser** auf. Rühren Sie das Wasser mit den Beuteln 2-3 Minuten um. Dann fügen Sie einen **½ Liter kaltes Leitungswasser** dazu und rühren weiter um. Die Lösung kann dann im Kühlschrank gekühlt werden, da sie gekühlt am besten schmeckt. **Wiederholen** Sie den Vorgang für den **zweiten Liter Endofalk**. Die gebrauchsfertige Lösung innerhalb von 48 Stunden verbrauchen.
- **Um 16.00 Uhr** trinken Sie den **ersten Liter Endofalk**: Die Lösung wird in Portionen von 150 ml (etwa 1 Trinkglas) pro 10 Minuten getrunken. Bitte trinken Sie zu jedem Trinkglas Endofalk **zusätzlich dieselbe Menge Flüssigkeit**, bevorzugt **klarer Apfelsaft**, grundsätzlich gilt je mehr Sie trinken, desto besser.
- **Um 21.00 Uhr** trinken Sie den **zweiten Liter Endofalk**. Die Wirkung des Abführmittels ist abhängig davon, in welcher Zeit es getrunken wird. Falls ein Ekelgefühl aufkommt, pausieren Sie für 15 Minuten und fahren dann weiter fort mit der Vorbereitung. **Bewegung in der Wohnung kann hilfreich sein.**
- 1-2 Stunden nach Beginn der Einnahme sind die ersten wässrigen, durchfallartigen Stuhlgänge zu erwarten, in Einzelfällen auch später

### Am Untersuchungstag:

**Kein Frühstück, keinen Kaffee, nicht Rauchen.**

Trinken Sie 3 Stunden vorher noch 1 Liter Flüssigkeit. Sollte Ihr Stuhl noch nicht aussehen wie heller Kamillentee ohne Stuhlflocken, trinken Sie bitte weiter klare Flüssigkeit ohne Kohlensäure (gerne Tee, Brühe oder Bouillon) bis max 1 Stunde vor der Untersuchung. Kleiden Sie sich zur Untersuchung bequem. Sie erhalten von uns eine kurze Untersuchungshose.

**Medikamente:** bringen Sie sie bitte zur Untersuchung mit, danach können Sie eingenommen werden.



**Wichtig:** Sie haben ausreichend getrunken, wenn die Stuhlflüssigkeit aussieht wie heller Kamillentee, ohne Stuhlflocken! Ansonsten bitte weiter trinken

### Nach der Untersuchung:

Aufgrund der Schlafmedikation sind Sie **12 Stunden lang nicht fahrtüchtig** (Auto, Fahrrad, Motorrad, elektrischer Roller etc.). Daher bitten wir Sie, mit einem öffentlichen Verkehrsmittel zu kommen und mit dem Taxi abzufahren oder sich von einer Begleitperson fahren und abholen zu lassen.

**Nehmen Sie bei Fragen oder Problemen direkt mit uns Kontakt auf (02381-9871212).**

Wir wünschen Ihnen eine gute Vorbereitung auf die Untersuchung und natürlich auch ein gutes Untersuchungsergebnis.

Ihre Ärzte vom Ärztezentrum Hamm Norden