

Eine Spiegelung des Dickdarms (Koloskopie) ist bei Ihnen vorgesehen. In dieser Broschüre finden Sie die wichtigsten Informationen zur Untersuchung.

Zur Spiegelung wird ein biegsames Instrument (das Koloskop) vom After aus in den Dickdarm bis zur Mündung des Dünndarms vorgeschoben. Am Koloskop befindet sich vorne eine kleine Kamera und eine Lichtquelle, um so die Darmschleimhaut auf dem Monitor zu sehen. Durch Einblasen von Luft entfaltet sich der Darm, so dass krankhafte Veränderungen besser erkannt werden können. Falls erforderlich, lassen sich Gewebeproben mit einer kleinen Zange während der Spiegelung gewinnen. Sollten im Rahmen der Koloskopie Behandlungsmaßnahmen (z.B. Polypentfernung) notwendig sein, werden diese falls möglich, sofort durchgeführt.

Bei der Polypentfernung wird eine Schlinge über das Koloskop eingeführt und der Polyp wird an seiner Basis elektrisch abgetrennt. In der Regel kann der abgetrennte Polyp über das Koloskop geborgen werden und anschließend zur mikroskopischen Untersuchung geschickt werden. Die meisten Polypen sind gutartig. Es ist jedoch wichtig diese abzutragen, um Darmkrebs zu verhindern.

Da die Spiegelung oft als unangenehm oder sogar schmerzhaft empfunden wird, besteht die Möglichkeit einer Sedierung (Kurznarkose). Während der Untersuchung assistiert geschultes Fachpersonal dem Arzt.

Eine Koloskopie dauert in der Regel 30 bis 40 Minuten.

RISIKEN / KOMPLIKATIONEN

Die Dickdarmspiegelung ist ein risikoarmes Routineverfahren. Trotz größter Sorgfalt kann es in seltenen Fällen zu Komplikationen kommen.

> Verletzung der Darmwand

Es besteht ein Risiko die Darmwand zu durchbrechen (Perforation). Dies erfordert oft unverzüglich eine operative Behandlung.

> Blutungen

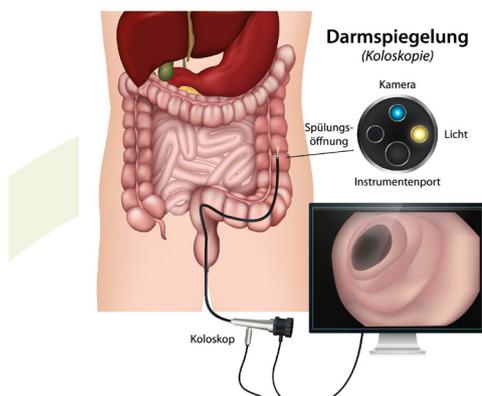
Gelegentlich können Blutungen nach einer Gewebeprobe oder einer Polypektomie auftreten. Sie lassen sich durch Medikamenteneinspritzung bzw. Anwendung von Hitzeverfahren oder mechanisch durch Klammerung stillen.

> Infektionen

Infektionen sind sehr selten. Nach dem Einsatz des Endoskops wird zunächst eine manuelle (Vor-)Reinigung durchgeführt. Anschließend folgt eine maschinelle Aufbereitung mit einem RDG-E (Reinigungs- und Desinfektionsgerät für flexible Endoskope).

DARMREINIGUNG

Das Ziel der Darmspiegelung ist es Polypen und ggfs. Tumore zu entdecken. Voraussetzung für eine genaue Untersuchung ist eine gründliche Reinigung des Darms. Wurde die Darmreinigung genauestens befolgt, kann der Arzt das Endoskop einfacher im Darm weiterschieben und er kann die Darmschleimhaut besser sehen und untersuchen. Nahrungsreste würden die Sicht beeinträchtigen. Damit das gewünschte Ergebnis erzielt wird, ist eine gründliche Darmreinigung erforderlich.



Nur ein sauberer Darm kann gründlich untersucht werden.

ERNÄHRUNGSPLAN

Alle Lebensmittel, die reich an Ballaststoffen sind, sollten während 4 Tagen (bei chronischer Verstopfung 5 Tage) vermieden werden:

- Gemüse und Suppe
- Früchte, Smoothies und Fruchtsäfte
- Vollkornprodukte
- Hülsenfrüchte (Linsen, Kichererbsen, ...)
- ölhaltige Früchte (Nüsse, Haselnüsse, Avocado, ...)

Vermeiden Sie Fertigsaucen und Fertiggerichte, sie enthalten oft Zusatzstoffe.

> Getränke

- stilles oder kohlenstoffhaltiges Wasser
- Tee, Kaffee, Malzkaffee
- gefilterte Brühe
- Obstsaft ohne Fruchtfleisch (Apfelsaft, Zitronensaft, Traubensaft, keine Smoothies)
- Wasser mit Zitronensirup

> Frühstück

- Zwieback aus Weißmehl oder Weißbrot mit Butter oder Margarine, Fruchtgelee oder Honig, Käse (Quark, Frischkäse - ohne Kräuter, Pfeffer, Knoblauch, Zwiebeln, ...), Scheibenkäse und Weichkäse (ohne Kräuter, Pfeffer, ...)
- Naturjoghurt (gezuckert/ungezuckert) oder mit Fruchtgelee, Honig oder aromatisierter Joghurt (ohne Obststücke)
- Milch, Eier

> Warme Mahlzeit

- Brühe (mit Tapioka, weißem Reis, weißen Nudeln, Eier)
- Eiweißlieferant: Fleisch (Schweinefleisch, Kalbfleisch, Rindfleisch, Kaninchen, Geflügel, ...), Fisch, Eier (Rührei, pochierte Eier, Omelett (ohne Kräuter und Gemüse), Pfannkuchen aus weißem Mehl)
- stärkehaltige Speisen (in Salzwasser oder Brühe gekocht): weiße Nudeln, weißer Reis, Couscous aus weißem Getreide (kein Vollkorn Couscous)
- Saucen können Sie zubereiten indem Sie Saucenbinder zu Brühe oder Milch geben. Aromatisieren Sie das Kochwasser mit Kräutern, Gemüse und Gewürzen wie Sellerie, Lauch, Muskat, Lorbeer, Nelke, Thymian, Rosmarin, Salbei, Oregano, Estragon und entfernen Sie diese vor dem Essen.

Denken Sie daran, dass die Mahlzeit kein Gemüse, Kartoffeln und Früchte enthalten darf.

> Zwischenmahlzeit

Die Zwischenmahlzeiten können Sie so gestalten wie Ihr Frühstück. Alternativ können Sie folgende Lebensmittel zu sich nehmen:

- Vanillepudding
- ballaststoffarme Kekse (Boudoir, Baiser, Butterkekse)
- Reiswaffel (natur)
- Salzstangen oder Salzbrezeln

> Kalte Mahlzeit

- Zwieback mit Weißmehl oder Weißbrot
- Butter oder Margarine
- kaltes Fleisch ohne Kräuter (Putenfilet, Hähnchenfilet, Kalbsbraten, Roastbeef, Schweinebraten, Kochschinken, ...)
- Käse: Quark, Frischkäse (ohne Kräuter, ohne Pfeffer, ohne Knoblauch, ohne Zwiebeln, ...), Scheibenkäse und Weichkäse (ohne Kräuter, ohne Pfeffer, ...)
- Fisch (Thunfisch in eigenem Saft, Surimi, ...)
- Eier
- Fruchtgelee oder Honig

> Vegetarische oder vegane Alternativen

- Naturbelassene, süße oder aromatisierte Getränke (keine Schokolade) aus Soja, Reis, Mandeln, Kokosnuss, oder Haselnüssen. Meiden Sie Haferdrink, er enthält Ballaststoffe. Pflanzliche Alternativen zu Naturjoghurt oder gesüßtem Joghurt.
- Seitan, Tofu naturbelassen: Vermeiden Sie diese Speisen am Tag vor der Koloskopie.

1 Tag vor der Koloskopie

> Frühstück

- Weißbrot, Zwieback mit Butter, Margarine und Honig, Fruchtgelee

> Mittagessen

- Omelett naturbelassen mit Nudeln (keine Vollkornnudeln)



Am Tag vor der Koloskopie sollten nach dem Mittagessen nichts mehr essen und die Hinweise zu der Einnahme der Medikamente beachten.

Anleitung zur Vorbereitung der verschiedenen Produkte / Medikamente

Citrafleet®

> Vor der Einnahme

- Geben Sie den Inhalt aus einem Beutel Citrafleet® in ein Glas mit 150 ml stillem, kaltem Wasser und rühren Sie dies gut um bis das Pulver sich vollständig aufgelöst hat. Falls die Lösung warm wird, warten Sie, bis sie abgekühlt ist.

> Am Vortag der Untersuchung

- 18:00 Uhr: Trinken Sie den in Wasser aufgelösten Inhalt des 1. Beutels Citrafleet®
- Warten Sie 30 Minuten.
- Trinken Sie über einen Zeitraum von 2 Stunden 2 l stilles Wasser oder Tee (ohne Milch) in kleinen Mengen.

> Am Untersuchungstag

- Trinken Sie den in Wasser aufgelösten Inhalt des 2. Beutels Citrafleet® 4 Stunden vor dem Termin im Krankenhaus.
- Warten Sie 30 Minuten.
- Trinken Sie anschließend 1,5 - 2 l stilles Wasser in kleinen Mengen innerhalb einer Stunde.
- 2 Stunden vor dem Termin: Nichts mehr trinken.

Citrafleet®



Moviprep®

> Vor der Einnahme

- Geben Sie den Inhalt aus Päckchen A + B und 1 l stilles Wasser in ein Gefäß. Rühren Sie die Flüssigkeit um, bis das Granulat ganz aufgelöst ist.
- Bereiten Sie den zweiten Liter Moviprep® genauso wie den ersten vor.
- Bewahren Sie die 2 Liter Moviprep® im Kühlschrank auf. Durch das Kühlstellen ist der Geschmack angenehmer.

> Am Vortag der Untersuchung

- 18:00 - 19:00 Uhr: Trinken Sie 1 l Moviprep®, d.h. ein Glas alle 10 Minuten.
- 19:00-21:00 Uhr: Trinken Sie 2 l stilles Wasser oder Tee.

> Am Untersuchungstag

- 4 Stunden vor dem Termin im Krankenhaus: Trinken Sie den zweiten Liter Moviprep®.
- 3 Stunden vor dem Termin: Trinken Sie 1 l stilles Wasser innerhalb einer Stunde.
- 2 Stunden vor dem Termin: Nichts mehr trinken!

Moviprep®



Picoprep®

> Vor der Einnahme

- Geben Sie den Inhalt in ein Glas mit 150 ml Wasser.
- Rühren Sie 2 - 3 Minuten lang. Wenn sich die Lösung erwärmt, warten Sie, bis sie abgekühlt ist.

> Am Vortag der Untersuchung

- 18:00 Uhr: Trinken Sie den in Wasser (150 ml) aufgelösten Inhalt des ersten Beutels.
- 18:00 - 21:00 Uhr: Trinken Sie 1,5 Liter stilles Wasser oder Tee.

> Am Untersuchungstag

- Trinken Sie den in stillem Wasser aufgelösten Inhalt des zweiten Beutels 4 Stunden vor dem Termin im Krankenhaus. Anschließend nehmen Sie einen weiteren Liter Wasser innerhalb 1 Stunde ein.
- 2 Stunden vor dem Termin: Nichts mehr trinken!

Picoprep®



Tipps, um Ihnen das Trinken des Medikaments zu erleichtern

- Wenn Ihnen die Lösung gar nicht schmeckt, können Sie Sirup, Zucker oder Honig hinzugeben.
- Trinken Sie aus 2 dicken Strohhalm, die Flüssigkeit lässt sich dann schneller schlucken.
- Sie können nach der Einnahme Bonbons mit starken Geschmack lutschen (z.B. Ricola oder Fisherman's Friend).

Denken Sie daran weiches Toilettenpapier oder Baby-Feuchttücher zu kaufen. Schützen Sie Ihre Haut um den Anus mit einer Crème, um Irritationen vorzubeugen, die durch das wiederholte Ausscheiden von Stuhlgang auftreten können.



Nach der Untersuchung

Wenn die Untersuchung unter Sedation stattfindet, werden Sie nach Abschluss der Untersuchung noch ca. 20 - 30 Minuten zur Beobachtung in der Tagesklinik bleiben. Da Ihnen ein Beruhigungsmittel verabreicht wurde, dürfen Sie am Tag der Untersuchung kein Auto mehr fahren oder mit Maschinen arbeiten. Es wird Ihnen außerdem davon abgeraten am Tag der Untersuchung wichtige Entscheidungen zu treffen oder Wertpapiere zu unterschreiben.

Nach der Untersuchung kann es zu Bauchkrämpfen kommen oder Sie können sich aufgebläht fühlen. Dies liegt an der Luft, die während der Untersuchung in Ihren Darm gelangt ist. Das Gefühl wird schnell wieder verschwinden, nachdem Sie einige Darmblähungen entweichen lassen konnten.

Sie können alles essen und trinken, außer Ihr Arzt hat etwas anderes angeordnet.

Was tun bei Problemen nach der Untersuchung?

Wenn ein Polyp entfernt wurde, ist es möglich, dass Sie etwas Blut in Ihrem Stuhlgang haben.

Bei Bauchschmerzen, Fieber, Schüttelfrost oder bei größeren rektalen Blutungen kontaktieren Sie bitte sofort Ihren Arzt. Gehen Sie sofort in die Notaufnahme, wenn Sie Ihren Arzt nicht erreichen können.