

VORBEREITUNGSSCHEMA ZUR DARMREINIGUNG MIT CLENSIA®

4 Tage vor der Untersuchung

- ▶ **Kein kernhaltiges Obst/Gemüse** z.B. Weintrauben, Erdbeeren, Johannisbeeren, Kiwis, Tomaten
- ▶ **Keine faser-/ballaststoffreiche Kost** z.B. Salat, Kohl, Pilze, Spargel, Müsli, Körner, Vollkornprodukte
- ▶ **erlaubt** z.B. Nudeln, Reis, Kartoffeln, mageres Fleisch, Obst geschält, Käse, Wurst fettarm, Ei, Feinbrot

1 Tag vor der Untersuchung

- ▶ **morgens** ein leichtes Frühstück (Feinbrot, Butter, Käse, fettarme Wurst, Gelee, Tee) **bis 10:00Uhr**
- ▶ **danach bis zur Untersuchung keine feste Nahrung mehr!**
- ▶ **tagsüber 1 bis 2 Liter klare Flüssigkeit vor der CLENSIA®-Einnahme**, z.B. Wasser, Tee - gerne gezuckert, klare Säfte, klare Brühe ohne Einlage, Isotonische Getränke. Kein Kaffee, keine trüben Säfte, keine Milch
- ▶ **mittags** eine klare Brühe ohne Einlage (ggf. zuvor durchsieben)
- ▶ **um 16:00Uhr beginnen Sie mit der Einnahme von CLENSIA®:**

Jede Packung CLENSIA enthält **4 große Beutel A und 4 kleine Beutel B**: Vermischen Sie den Inhalt von **2 großen Beutel A und 2 kleinen Beutel B** mit **einem halben/oder 1 Liter Wasser** und rühren Sie die Mischung um, bis sich alles gelöst hat (bis zu 5 Minuten). Trinken Sie die Lösung in 1 bis 1,5 Stunden aus. Versuchen Sie alle 15-20 Minuten ein Glas zu trinken. Durch kalt stellen der Lösung, können Sie den Geschmack verbessern.

- ▶ trinken Sie **nachfolgend mindestens 1,5 Liter klare Flüssigkeit** wie oben genannt hinterher

Am Untersuchungstag

- ▶ **ca. 4-5 Stunden vor der Untersuchung** vermischen Sie den Inhalt der übrigen Beutel, also wieder **2 große Beutel A und 2 kleine Beutel B** wie am Vortag und trinken Sie die Lösung wiederum in 1-1,5 Stunden aus.
- ▶ trinken Sie **mindestens weitere 1-1,5 Liter klare Flüssigkeiten** wie am Vortag – gerne können Sie auch mehr klare Flüssigkeit zu sich nehmen
- ▶ **2 Stunden vor der Untersuchung bitte gar nichts mehr trinken!**

Wir wissen aus Erfahrung, dass die Darmreinigung von vielen Patienten belastender als die eigentliche Untersuchung empfunden wird. Halten Sie sich in der Nähe einer Toilette auf! Durch die abführende Wirkung der Spüllösung ist der Darm aber rasch leer und das Trinken wird Ihnen leichter fallen als erwartet. **Denken Sie daran genug Zucker (z.B. in Tee) und Salz (z.B. klare Brühe) zuzuführen. Es ist unbedingt notwendig, dass sie alles trinken, damit der Darm gründlich gereinigt wird.** Erst wenn sie nur noch klare Flüssigkeit ohne feste Bestandteile abführen, besteht eine ausreichende Vorbereitung. Der Erfolg der Untersuchung hängt von der Qualität der Vorbereitung ab! Tritt Übelkeit auf, verlangsamen oder pausieren Sie vorübergehend das Trinken

- ▶ Falls sonstige Probleme auftreten, rufen Sie in der Praxis an. Wir helfen Ihnen gerne weiter

Hinweise zur Medikamenteneinnahme

- ▶ **Antibabypille:** durch die Vorbereitung möglicherweise unwirksam
- ▶ **Aspirin/ASS:** muss in der Regel nicht abgesetzt werden
- ▶ **Iscover/Plavix:** bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt, ob es zu verantworten ist, auf diese Medikamente 5 bis 7 Tage vor der Untersuchung zu verzichten (pausieren), da ein negativer Einfluss auf die Blutgerinnung besteht
- ▶ **Metformin/Siofor/Glucophage/Mediabet:** 24 Stunden vor der Untersuchung pausieren
- ▶ **Insulin:** am Morgen der Untersuchung weglassen, häufige Blutzuckerkontrollen und Reduzierung der Insulindosis während der Darmreinigung – ggf. halten Sie bitte Rücksprache mit Ihrem Arzt
- ▶ **Marcumar:** bitte halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt – insbesondere zur alternativen Therapie mit Heparin in Form von Spritzen unter die Haut oder sprechen Sie uns an
- ▶ **Eisenpräparate:** eine Woche vor der Untersuchung pausieren

Planen Sie am Tag der Untersuchung ca. 2 Stunden Zeit ein.

Für die Zeit nach der Untersuchung nehmen Sie sich gerne etwas zu Essen mit. Getränke gibt es bei uns in der Praxis.