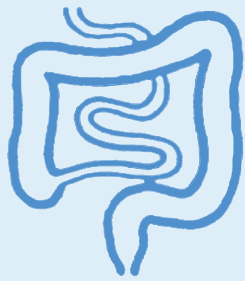


Ihr Termin:



**ENDOFALK®**

Darmspiegelung (Koloskopie)  
**Anleitung zur Vorbereitung**

**Ihre Mitarbeit ist wichtig**

Bei Ihnen soll eine endoskopische Untersuchung des Dickdarmes durchgeführt werden. Dazu ist eine gründliche Reinigung des Darmes notwendig, denn nur ein vollständig gereinigter Darm erlaubt eine exakte Beurteilung der inneren Darmwände. Ihre aktive Mitarbeit (Nahrungsumstellung) schon Tage vor der Untersuchung ist in diesem Zusammenhang von ausschlaggebender Bedeutung und liegt in Ihrem eigenen Interesse. Den exakten Untersuchungsablauf haben wir Ihnen im Rahmen des Aufklärungsgesprächs erläutert (siehe Informationsblatt und Homepage).

**Im Detail:**

**Mit der Notwendigkeit auf vielerlei Nahrungsmittel zu verzichten, müssen Sie sich schon eine Woche vor dem Koloskopetermin beschäftigen.** Je näher die Untersuchung rückt, desto einschränkender werden unsere Vorgaben empfunden. Verzichten müssen Sie schon frühzeitig auf **ALLES** mit Kernen/Körnern und auf schwer verdauliche Speisen, denn hierdurch können die Arbeits- und Absaugkanäle des Koloskops verstopft und die Sicht behindert werden. Weitere **Ernährungsvorschläge für die Vorbereitungszeit** finden Sie auf unserer Homepage: [www.gastroenterologie-leverkusen.de](http://www.gastroenterologie-leverkusen.de) (Koloskopie-Vorbereitung | spezielle Ernährungshinweise)

**Ab 5-7 Tage vor der Koloskopie:**

**Stellen Sie Ihren Speiseplan um und verzichten auf:**

Obst und Gemüse mit Kernen, Fasern und unverdaulicher Schale: z.B. Kiwi, Trauben, alle Beerenarten, Datteln, ungeschälte Äpfel/Birnen, Melonen, Rhabarber, Tomaten, Paprika, Spargel, Spinat, Sauerkraut, Zwiebeln, Hülsenfrüchte, Bohnen, Mais, ungeschälter Reis, Backwaren mit ganzen Körnern, Müsli, Nüsse, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Leinsamen, Weizenkleie.

**Erklärvideo:**



[gastroenterologie-leverkusen.de/  
video/endofalk.mp4](http://gastroenterologie-leverkusen.de/video/endofalk.mp4)

**Ab 3 Tage vorher zusätzlich:**

**Verzichten Sie jetzt zwingend zusätzlich auch auf:**

- jegliche Vollkornprodukte (nutzen Sie weiße Auszugsmehle und weiße Backwaren)
- fettreiche Kost (z.B. auch sehr fetthaltige Fleisch-/Wurstwaren)
- Milch und Milchprodukte (nur noch in kleinen Mengen erlaubt)

**Am Vortag der Untersuchung:**

**An diesem Tag geben wir Ihnen die Mahlzeiten verbindlich vor:**

**Frühstück:** Ein Weiß-/Toastbrot mit wenig Butter/Margarine und kernloser Marmelade und eine Tasse Kaffee/schwarzer Tee mit wenig Milch sind erlaubt

**Mittagessen:** Nur **klare** Suppe/Brühe ohne Einlage

**Ab 14 Uhr:** Nehmen Sie bitte **keine festen Speisen** und **nur noch klare Flüssigkeiten** zu sich. Bitte **keine** trüben oder dunklen Getränke (z.B. Cola, Kaffee, schwarzer Tee, dunkle Säfte, Säfte mit Fruchtfleisch, Milch, etc.)

**Untersuchungstag: Trinken Sie, wie schon am Vortag, nur noch klare Flüssigkeiten** (helle Säfte ohne Fruchtfleisch, heller Tee und klares Wasser sind am besten).

Verzichten Sie auf **Nikotinkonsum**. Die meisten **Medikamente** können Sie frühmorgens (gegen 5.30 Uhr) einnehmen. Über Gerinnungs- und Diabetesmedikamente sowie Blutdrucksenker sprechen wir im Vorfeld. Über eventuelle Wirkungseinschränkungen von Medikamenten (auch der „Antibabypille“) sollten Sie informiert sein.

**Gastroenterologie**  
MVZ **Leverkusen**

HERAUSGEBER: Franz-Kail Straße 2  
51375 Leverkusen  
Tel.: 0214.870923-0

**bitte wenden**

## Einnahme des Abführmittels und des Entschäumers

Wir geben Ihnen 8 Beutel **ENDOFALK®** in zwei Geschmacksrichtungen mit und als Entschäumer **4 Btl. SIMETICON** Bitte vermischen Sie die beiden ENDOFALK®-Aromen nicht miteinander. Nur durch die gewissenhafte Einnahme der Präparate wird der Dickdarm vollständig gereinigt. **Auf nüchternen Magen wird das Abführmittel besser vertragen, wenn Sie vorher etwas anderes (z.B. einen Tee) trinken.** Spätestens kurz vor dem Untersuchungstermin sollten die Darmentleerungen **flüssig und gelblich-klar** ohne feste Bestandteile sein.

Uhr

**Vortag der Untersuchung:**  Termin nach 10 Uhr → 4 Beutel |  Termin vor 10 Uhr → 6 Beutel

Die Menge des zu trinkenden Abführmittels richtet sich nach der Uhrzeit des Koloskopieplans. Lösen Sie die oben angekreuzte Menge **ENDOFALK®** in Wasser auf (pro Beutel ½ Liter Wasser, also: 4 Btl. = 2 Liter | 6 Btl. = 3 Liter). Diese Lösung ist gekühlt angenehmer zu trinken und bis zu 48 Std. haltbar. Im Laufe des Nachmittags und Abends trinken Sie bitte **langsam** die zubereitete Lösung (ca. 200 ml alle 10-15 Minuten). Zusätzlich sollen Sie während der Darmreinigung auch andere klare Flüssigkeiten trinken, stilles Wasser ist am besten. Bei entstehender Übelkeit machen Sie eine Pause. Bevor Sie ins Bett gehen nehmen Sie bitte noch **2 Btl. SIMETICON**.

**Zur Nacht:**  
2 Btl. Simeticon

Uhr

**Am Untersuchungstag:**  Termin nach 10 Uhr → 4 Beutel |  Termin vor 10 Uhr → 2 Beutel

Die Menge hängt wieder vom genauen Koloskopieplan ab (s.o.). Lösen Sie **ENDOFALK®** in Wasser auf (4 Btl. = 2 Liter | 2 Btl. = 1 Liter) und trinken diese Lösung wie schon am Vortag. Nehmen Sie bis zur Untersuchung auch weitere klare Flüssigkeiten zu sich. Etwa zwei Stunden vor dem Termin wieder **2 Btl. SIMETICON** einnehmen. Sollten Sie nicht alles trinken können oder beobachten eine nicht ausreichende Wirkung, melden Sie sich bitte am Untersuchungstag deutlich vor dem vereinbarten Termin (ab 7.30 Uhr) telefonisch/persönlich in der Praxis, damit wir Ihnen helfen können.

**2 Std. vor Koloskopie**  
2 Btl. Simeticon

Nur wenn wir hier ein Kreuz machen: bitte eine Stunde vor dem Termin keine Abführlösung mehr trinken (bei gleichzeitig stattfindender Magenspiegelung).

## Weitere wichtige Hinweise:

### Kommen Sie nicht mit dem eigenen PKW zur Untersuchung:

Da zur leichteren Durchführung der Endoskopie oft eine Schlaf- bzw. Beruhigungsspritze verabreicht wird, ist eine Teilnahme am Straßenverkehr dann erst nach 12 Stunden wieder erlaubt (je nach Medikament auch länger). Das genaue Intervall teilen wir Ihnen nach der Untersuchung schriftlich mit. Aus Platzgründen in den Wartezimmern sollten Sie alleine zur Untersuchung kommen, sich aber trotzdem nach der Koloskopie von einer erwachsenen Person bei uns abholen lassen (Praxis im 1. OG).

Falls Sie **Kontaktlinsen** tragen, benutzen Sie am Untersuchungstag bitte statt dessen eine Brille. Frauen bitten wir (zumindest an einem Finger der linken Hand) auf **Nagellack oder Nagelgel** zu verzichten, denn sonst kommt es zur Störung der Kreislaufüberwachung.

Aus Komfortgründen raten wir Ihnen warme Socken und zum Zudecken ein großes **Handtuch** mitzubringen. Ziehen Sie am Untersuchungstag bequeme Kleidung an und vermeiden einteilige Mieder oder Bodies.

Durch die vielen Stuhlentleerungen kann der Darmausgang wund werden. Durch die Anwendung von Penaten®-Creme nach der Koloskopie können Sie sich Linderung verschaffen.

Für **jegliche Rückfragen** bezüglich der Dickdarmspiegelung und den vorbereitenden und begleitenden Maßnahmen stehen wir gerne zu Ihrer Verfügung. Wir sind bemüht, die Darmspiegelung für Sie so angenehm wie möglich zu gestalten.

**Nach der Untersuchung** können Sie sofort wieder alles essen, am besten starten Sie jedoch mit leichter und wenig blähender Kost (und wenig Ballaststoffen).

### Wichtige Gesichtspunkte für Diabetiker:

- sprechen Sie im Vorfeld mit Ihrem Hausarzt/Diabetologen über die geplante Koloskopie
- meist muss die Medikation (Insulin bzw. Tabletten) angepasst werden
- messen Sie während der Vorbereitungsphase regelmäßig den Blutzucker
- bei Unterzuckerung sind aus unserer Sicht ggf. Traubenzucker bzw. süße Getränke erlaubt
- direkt nach der Koloskopie Tabletten bzw. Insulin wieder normal einnehmen/spritzen



**Gastroenterologie**  
MVZ **Leverkusen**

HERAUSGEBER: Franz-Kail Straße 2  
51375 Leverkusen  
Tel.: 0214.870923-0