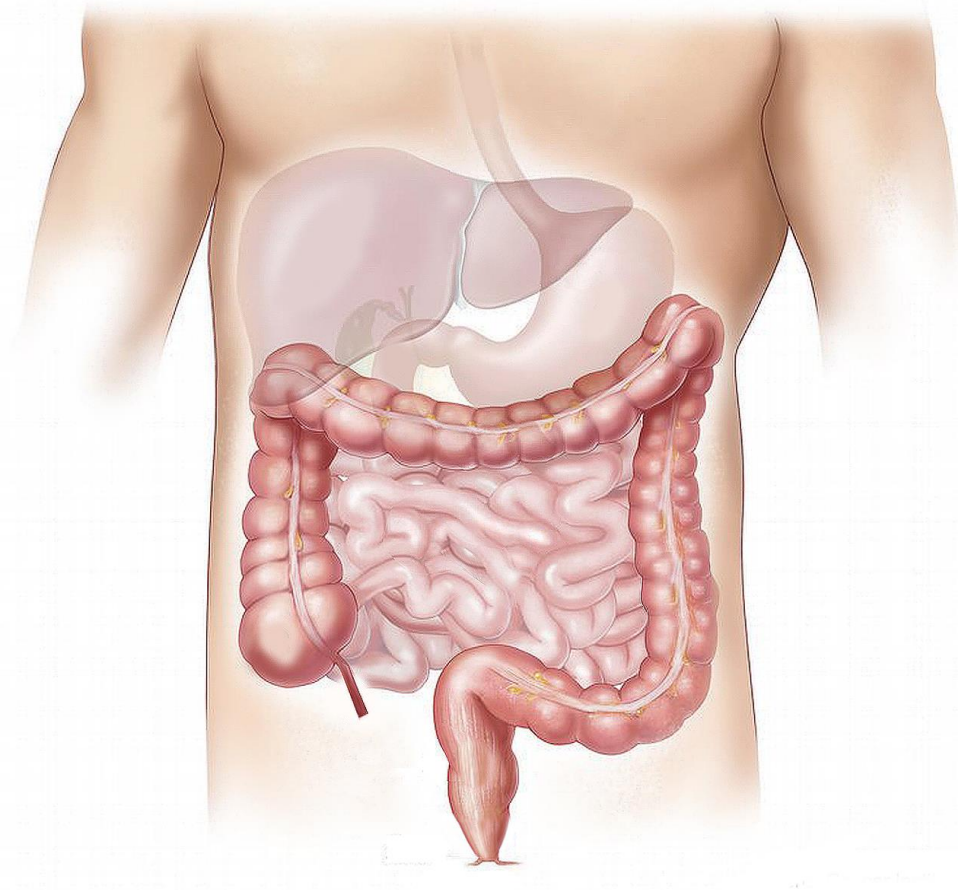




Schulungsunterlagen – Vorbereitung zur Darmspiegelung

Diese Schulungsunterlagen dienen der Vorbereitung zu einer Darmspiegelung. Lesen Sie diese Anweisungen bitte schon **mindestens eine Woche vor der Untersuchung** genau durch und halten Sie sich genauestens an die Empfehlungen.





Einleitung

Bei Ihnen ist eine endoskopische Untersuchung des Verdauungstrakts notwendig. Eine Darmspiegelung (Coloskopie) wird durch den After durchgeführt. Diese Untersuchung wird mit speziellen hochmodernen Geräten (Endoskopen) durchgeführt, die eine Untersuchung der inneren Oberfläche (Schleimhäute) und eine Gewebeprobenentnahme (Biopsie) ermöglichen.

Wenn Sie eine Sedierung während der Coloskopie (sogenannte „sanfte“ Endoskopie) wünschen, wird empfohlen eine Begleitperson mitzubringen, die Sie auf dem Heimweg nach der Untersuchung begleiten kann. Falls Sie eine Sedierung während der Untersuchung erhalten haben, dürfen Sie 24 Stunden kein Kraftfahrzeug lenken, keine Verträge unterschreiben und keine schweren, kompliziert zu bedienende Maschinen benutzen. Eine eventuell notwendige Änderung der Einnahme von Medikamenten, die die Blutgerinnung beeinflussen – z.B. Marcoumar®, Sintrom®, Pradaxa®, Eliquis®, Xarelto®, Lixiana®, ThromboASS®, Plavix® usw. – besprechen Sie bitte rechtzeitig vor der Untersuchung mit ihrem behandelnden Arzt/ Ihrer behandelnden Ärztin.

Ziel einer optimalen Vorbereitung zur Darmspiegelung ist, den Dickdarm von sämtlichen Stuhlresten zu befreien. Ohne diese komplette Darmreinigung kann die Untersuchung nicht im vollen Ausmaß vorgenommen werden. Während der Untersuchung wird nach Entzündungen an der Darmwand, Divertikel (Ausstülpungen aus der Darmwand) und Polypen (Gewächse an der Darmwand) gesucht. Polypen können, wenn sie nicht entfernt werden, zu Tumoren heranwachsen. Deswegen sollten diese im Rahmen der Coloskopie entfernt werden. Die Entdeckung und Entfernung dieser Polypen kann jedoch nur in einem sauberen Darm vorgenommen werden.

Wenn der Darm unzureichend vorbereitet ist, kann das eine Wiederholung der Untersuchung erfordern und erhöht das Risiko von Komplikationen während dem Eingriff. Bitte befolgen Sie die nachfolgenden Anweisungen genauestens, denn Sie tragen maßgeblich zu Ihrem Untersuchungsergebnis bei!

Zur Untersuchung mitnehmen:

E-Card und Ausweis, Überweisung vom Facharzt/ Fachärztin (falls vorhanden), Medikamentenliste, Allergieausweis (falls vorhanden), Vorbefunde und Laborbefunde die nicht im AKH gemacht wurden, Einwilligungserklärung zur Untersuchung (Revers) – bitte mit ausgefülltem Fragebogen

Wichtige Telefonnummern: Bei Fragen zur Darmvorbereitung

Montag – Freitag 8⁰⁰ – 16⁰⁰ Uhr 01/ 40400 27670

Sollten Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, stornieren Sie bitte so rasch als möglich unter der Nummer: 01/ 40400 47780

Ernährung

5 Tage vor der Untersuchung

ZU VERMEIDEN:

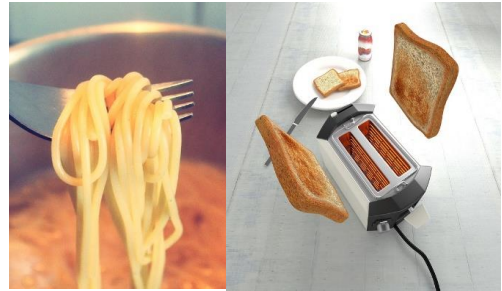
Der Verzehr von Lebensmitteln mit groben Pflanzenfasern und Kernen kann dazu führen, dass die Untersuchung trotz guter Darmreinigung behindert wird. 5 Tage vor der Untersuchung sollten Sie deshalb Erdbeeren, Kiwi, Melone, Vollkornbrot, Weintrauben, Müsli, Mohnkuchen, Bohnen, Lauchgemüse, Tomaten, Zucchini, Salat, Paprika, Apfel, Birne und ähnliches für diesen Zeitraum nicht essen.



ERLAUBTE LEBENSMITTEL bis 3 Stunden bevor Sie zu mit der Vorbereitungslösung starten:

Brot und Teigwaren

Weißbrot, Semmel, Sandwich, Ciabatta,
Salzstangerl, Mischbrot, Kornspitz, Semmel,
Kipferl, Toast, Zwieback, Nudeln, Perlweizen,
Polenta, Reis, Semmelknödel, Spätzle,
Salzkartoffeln, Folienkartoffeln,
Bratkartoffeln aus dem Rohr, Püree,
Kartoffelknödel, Cornflakes



Fleisch und Fleischprodukte

Fleischsorten von Kalb, Rind,
Schwein (Schlängel, Lungenbraten...),
Pute, Huhn ohne Haut, Lamm, Kaninchen,
Wild und Wurstwaren wie Schinken, Krakauer,
Schinkenaspik, Putenwurst (Putenbrust, Putenkrakauer)
Rinderwurst (Rindersaftschinken, Rinderaspik),
Streichwurst, kalter fettarmer Schweins- und Kalbsbraten,
Roastbeef

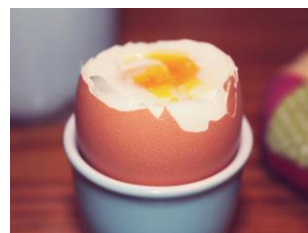


Fisch und Fischprodukte

Forelle, Hecht, Saibling, Heilbutt, Kabeljau (Dorsch),
Lachs, Renke, Rotbarsch, Scholle, Seezunge, Seelachs,
Schleie, Steinbutt, Tunfisch, Zander, Brasse,
Fisch in Aspik, Fischkonserven im Natursaft



Eier, Butter, Öle, Fette in üblichen Portionen



Milch und Milchprodukte

Milch, Joghurt, Fruchtjoghurt ohne Kerne,
Buttermilch, Sauermilch, Kefir
Molke, Fruchtmolke, Gervais,
Topfen - alle Fettstufen, Frischkäse aus allen Milchsorten,
Hüttenkäse, Butterkäse, Gouda, Edamer, Käse nach Holländer Art,
Geheimratskäse, Berggraf, Traungold, Bergbaron,
Eckerlkäse, milde Eckerlkäse, Schmelzkäse





Süßigkeiten, Knabbereien

Germ- und Backpulverteige (Striezel, Kipferl, Gugelhupf...),
Biskuit, Topfenstrudel, Brandteig, Kartoffelteig,
Topfen-, Joghurtcremen, Fruchtgelee, Pudding,
Fruchtmus, Wackelpudding, Kräcker, Grissini,
Salzstangen, Salzbrezeln,
Fruchtgummiwaren wie Gummibären, Zuckerl,
Speiseeis ohne Stückchen, Weingummi,
Marshmallows, Schokolade ohne Nüsse und Kerne.



ALLE Getränke

Essensvorschläge

Beispiel Frühstück:

Marmeladesemmel mit Butter und Kaffee
Weißbrot mit Schinken und weichem Ei
Cornflakes mit Milch

Beispiel Mittagessen:

Hühnerbrust gebraten mit Kartoffeln
Zander natur mit Reis
Eiernockerl

Beispiel Abendessen:

Kornspitz mit Käse
Mischbrot mit Butter und Tunfisch natur
Salzstangerl mit Topfenausfrich oder Liptauer

Tag vor der Untersuchung

Die **letzte Nahrungsaufnahme** sollte **3 Stunden vor Trinkbeginn** der Vorbereitungslösung beendet sein.

Nehmen Sie vom Beginn der Einnahme Ihrer Vorbereitungslösung bis zum Abschluss Ihrer klinischen Untersuchung keine feste Nahrung zu sich.

Ab Beginn der Einnahme der Darmspüllösung sollen folgende Getränke vermieden werden: Schwarztee, Milch, Johannisbeersaft und andere dunkel gefärbte Getränke, Alkohol, Getränke mit Fruchtfleisch oder anderen Stückchen.

Erlaubt sind folgende Getränke: klarer Apfelsaft, Suppe, Limonaden, Tee, Wasser.



Abbildung: Lizenzfreie Bilder von Pixabay

Es ist wichtig, dass Sie während der Vorbereitung auf die Untersuchung mehr Flüssigkeit als die Vorbereitungslösung zu sich nehmen. Da die Vorbereitungslösung osmotisch wirkt und dem Kreislauf somit auch noch Flüssigkeit entzieht.

Medikamente

Bitte besprechen Sie die Medikamenteneinnahme unbedingt mit einem Arzt/ einer Ärztin.

Medikamente (z.B. Herz-Kreislauf-Medikamente, Blutverdünnungsmittel, Diabetes-Medikamente oder Verhütungsmittel) werden möglicherweise ausgespült und können nicht wie gewohnt wirken.



Vorbereitung der Darmspüllösung

Sie können die Vorbereitungslösung schon ein paar Stunden vor der Einnahme anrühren. Achten Sie darauf, das gesamte Pulver gut aufzulösen. Dies funktioniert am besten, durch kräftiges Rühren der Lösung. (ca. 5 Minuten)

Stellen Sie die Darmspüllösung nach dem Anrühren kalt, da dies den Geschmack verbessert.

Einnahme der Darmspüllösung

Während der Darmvorbereitung immer in der Nähe einer Toilette aufhalten.

Es wird empfohlen, dass Sie mindestens Ihren normalen Tagesbedarf an Flüssigkeit zusätzlich zu sich nehmen, um den Kreislauf stabil zu halten und Übelkeit zu verringern.

Die Darmspüllösung kann als Flüssigkeit vom Körper nicht aufgenommen werden, sondern dient lediglich der Reinigung und Spülung des Darms. Die osmotische Wirkung der Vorbereitungslösung entzieht dem Kreislauf sogar noch Flüssigkeit. Daher ist es wichtig, zusätzlich Flüssigkeit zuzuführen.

Versuchen Sie schluckweise oder abwechselnd Vorbereitungslösung und Wasser/ Tee/ Fruchtsäfte zu trinken.

Versuchen Sie, die Vorbereitungslösung mit einem Strohhalm zu trinken.

Um den Geschmack zu verbessern, kann Sirup Konzentrat (z.B. Holunder, Orange, Himbeere) zur Vorbereitungslösung gemischt werden.

Um den Geschmack im Mund zu neutralisieren, kann in den Trinkpausen an Zitronenspalten gelutscht werden.

Kaugummi kauen während der Vorbereitung auf die Darmspiegelung, kann Beschwerden wie Übelkeit, Bauchschmerzen und Erbrechen verringern.

Hier finden Sie ein Aufklärungsvideo zur Coloskopie:

www.oeggh.at/zertifikat/cms/index.php/patient/aufklarungsvideo

Erfolgskontrolle

Am Ende der Darmvorbereitung sollte nur noch helle, gelbliche und klare Flüssigkeit (wie Kamillentee) ausgeschieden werden. Wenn Sie das Gefühl haben, nach der Vorbereitungslösung und ausreichend zusätzliche Flüssigkeit noch nicht ausreichend sauber zu sein, kommen Sie bitte am Untersuchungstag um 8 Uhr auf unsere Abteilung und melden sich bei der zuständigen Pflegeperson im Ruheraum – auch wenn Sie erst zu Mittag den Termin hätten. In diesem Fall kann die Trinkmenge und –zeit noch verlängert werden oder mit Hilfe eines Einlaufs die Vorbereitungsqualität verbessert werden.

Wann ist die Darmreinigung erfolgreich?



Zu dunkel und zu trüb
Nicht O.K.



Hellorange und fast klar
Noch nicht O.K.



Gelb und klar
Prima so! Geschafft.

Häufige Fragen

Kann ich nach der Untersuchung mit dem Auto nach Hause fahren?

Wenn Sie eine Sedierung erhalten haben, dürfen Sie 24 Stunden kein Auto lenken. Es wäre gut, wenn Sie eine Begleitperson hätten, die Sie abholen kann.

Zusätzlich dürfen Sie an diesem Tag nicht mehr arbeiten oder Verträge unterschreiben.

Wie lange dauert die Untersuchung?

Die Untersuchung selbst dauert ca. 30–60 Minuten. Beachten Sie jedoch, dass die Vor- und Nachbereitungszeit auch eingerechnet werden muss.

Nach der Untersuchung müssen Sie mindestens 1 Stunde in unserem Ruheraum ausschlafen. Wenn weitere Medikamente zur Sedierung notwendig sind, kann sich die Ausschlafzeit bis zu 3 Stunden verlängern.

Wann fängt die Vorbereitungslösung an zu wirken?

Meistens wirkt die Vorbereitungslösung 1 –3 Stunden nach der ersten Einnahme.



Empfehlung: Stellen Sie sicher, dass Sie nach der ersten Einnahme jederzeit eine Toilette in der Nähe haben.

Welche Nebenwirkungen kann die Vorbereitungslösung haben?

- Während der Vorbereitung werden Sie starken Durchfall haben. Dieser Effekt ist erwünscht, da somit die Darmreinigung gewährleistet wird.
- Blähungen oder Bauchschmerzen können während der Vorbereitungszeit auftreten. Seien Sie nicht besorgt, wenn Sie diese Symptome haben.
- Viele Patient*innen verspüren Übelkeit. Wenn die Übelkeit sehr stark ist, legen Sie größere Trinkpausen ein und trinken Sie viel Wasser zusätzlich. Nehmen Sie jedoch die gesamte Menge der Vorbereitungslösung ein.
- Sollten Sie erbrechen, machen Sie eine Trinkpause und probieren Sie es nochmals. Erbrechen Sie weiterhin – kommen Sie am Tag der Untersuchung um 8 Uhr in der Früh in unsere Ambulanz 7i (Ruheraum), unabhängig vom vereinbarten Untersuchungstermin.

Ab wann darf ich wieder essen?

Wenn Sie für die Untersuchung eine Sedierung erhalten haben, müssen Sie 1–3 Stunden bei uns im Ruheraum ausschlafen. Nach dieser Ausschlafzeit dürfen Sie wieder wie gewohnt essen und trinken.

Wann kann ich meinen Befund mit einem Arzt/ einer Ärztin besprechen?

Sie bekommen bei der Entlassung von unserer Abteilung einen vorläufigen Befund mit. Wurden Gewebeproben entnommen, müssen Sie auf diese Ergebnisse ca. 7 Werktage warten. Es ist sinnvoll, Ihren Besprechungstermin erst 1–2 Wochen nach der Untersuchung zu terminisieren, damit alle notwendigen Befunde vorhanden sind. Sie können sich einen Befundbesprechungstermin bei uns in der Ambulanz ausmachen (Terminvergabe bei der Leitstelle) oder Sie besprechen Ihre Befunde beim Hausarzt/ Hausärztin bzw. niedergelassenen Facharzt/ niedergelassene Fachärztin.

Kann ich die Untersuchung trotzdem machen, obwohl ich meine Menstruationsblutung habe?

Die Monatsblutung stellt für die Untersuchung selbst keine Kontraindikation dar. Sagen Sie der zuständigen Pflegeperson vorher, dass Sie Ihre Blutung haben.

Kann es zu Hautreizungen durch die Vorbereitungslösung kommen?

Durch die starken Durchfälle und die Vorbereitungslösung an sich, kann es im Intimbereich zu Hautrötungen, rissiger Haut oder Juckreiz kommen. Verwenden Sie während der Vorbereitung feuchtes Toilettenpapier und cremen Sie ihren Intimbereich gegebenenfalls mit einer fetthaltigen Hautcreme ein.