

## Vorbereitung zur Darmspiegelung mit Plenvu

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

wir erwarten Sie am ....., um ..... Uhr, in unserer Praxis  
an der Dammstrasse 2, 8180 Bülach.

### Wichtige Hinweise zu Ihren Medikamenten

#### Blutverdünnende Medikamente

Wenn Sie blutverdünnende Medikamente einnehmen (z. B. ASS, Marcoumar, Xarelto, Clopidogrel oder Plavix), sprechen Sie bitte frühzeitig mit Ihrem Hausarzt oder Ihrer Hausärztin. Diese Medikamente müssen möglicherweise vor der Untersuchung pausiert werden. ASS 100 mg (z. B. Aspirin cardio) alleine können Sie in der Regel wie gewohnt weiter einnehmen.

#### Blutdruckmedikamente

Bitte nehmen Sie Ihre Blutdrucktabletten am Untersuchungstag wie gewohnt ein.

Damit der Darm während der Untersuchung gut beurteilt werden kann, ist eine sorgfältige Vorbereitung wichtig.

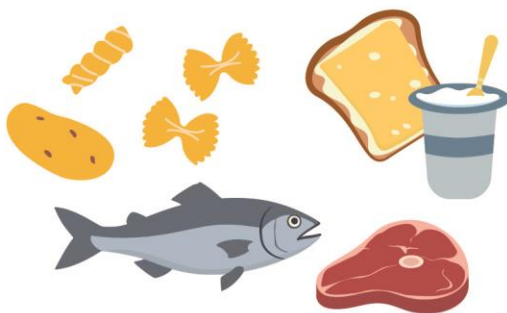
### Ernährung: 3 Tage vor der Untersuchung

Bitte essen Sie ab jetzt nur noch leicht verdauliche Lebensmittel.



#### Erlaubt (Do's)

Weißbrot, Toast, Zwieback  
Reis, Kartoffeln ohne Schale, helle Nudeln  
Fisch oder Fleisch ohne Knochen  
Joghurt, Quark, Käse  
Klare Suppen  
Shakes oder flüssige Nahrung  
ohne feste Bestandteile



#### Nicht erlaubt (Don'ts)

Körner, Samen, Nüsse  
Vollkornprodukte  
Müsli  
Rohes Gemüse und Salat  
Obst mit Kernen oder Schale  
Trauben, Kiwi, Beeren  
Mais



Ärzte für Gastroenterologie & Hepatologie  
Dr. O. Sultanie, Dr. P. Schröder, K. Westerhausen

Dammstrasse 2, CH-8180 Bülach, T +41 44 864 19 20, F +41 44 864 19 22  
admin@gastropraxis.ch, gastropraxis.ch

## Am Tag vor der Untersuchung

### **Letzte Mahlzeit**

Bitte essen Sie Ihre letzte feste Mahlzeit spätestens um **14:30 Uhr**.  
Danach dürfen Sie bis nach der Untersuchung nichts mehr essen.

### Erste Einnahme von Plenvu

- Bei Untersuchungsterminen zwischen 7:15 Uhr und 11:45 Uhr:  
**Beginn der Einnahme: 16:30 Uhr**
- Bei Untersuchungsterminen zwischen 11:45 Uhr und 16:30 Uhr:  
**Beginn der Einnahme: 18:00 Uhr**

### So nehmen Sie Plenvu ein

- Mischen Sie die erste Dosis mit 500 ml kaltem Wasser.
- Rühren Sie die Lösung gut und lange um, bis sich das Pulver vollständig aufgelöst hat
- Trinken Sie die Lösung langsam und schluckweise innerhalb von etwa 45 Minuten.
- Trinken Sie anschließend innerhalb von 30 Minuten zusätzlich 500 ml klare Flüssigkeit.
- Erlaubte klare Flüssigkeiten:
  - Wasser (still oder wenig Kohlensäure)
  - Tee (auch gesüsst)
  - Klare fettarme Bouillon
  - Helle Softdrinks (z. B. Sprite oder Fanta)

## Am Untersuchungstag

Ein warmer Tee vor der Einnahme kann helfen, Übelkeit zu vermeiden.

### Zweite Einnahme von Plenvu

Beginnen Sie mit der zweiten Dosis **4 Stunden** vor Ihrem Untersuchungstermin.

### So nehmen Sie Plenvu ein

- Geben Sie Beutel A und Beutel B zusammen mit 500 ml kaltem Wasser in ein Gefäß.
- Rühren Sie die Lösung gut und lange um, bis sich das Pulver vollständig aufgelöst hat.
- Trinken Sie die Lösung langsam und schluckweise innerhalb von etwa 45 Minuten.
- Trinken Sie anschließend innerhalb von 30 Minuten zusätzlich 500 ml klare Flüssigkeit.

### **Wichtig**

- Sie dürfen nur bis **2 Stunden** vor der Untersuchung trinken.
- Danach bitte nichts mehr trinken.
- Das Ausspülen des Mundes ist weiterhin erlaubt.

Die Darmreinigung ist erfolgreich, wenn Sie nur noch helle, klare Flüssigkeit ausscheiden (ähnlich wie Kamillentee).

### Tipps zur Einnahme von Plenvu

Eine gute Darmreinigung ist wichtig für eine erfolgreiche Untersuchung.

Mit den folgenden Tipps fällt die Einnahme oft leichter:

- Trinken Sie Plenvu langsam und schluckweise – nicht hastig.
- Rühren Sie das Pulver gut um, bis es vollständig aufgelöst ist.
- Gut gekühlt schmeckt Plenvu meist angenehmer.
- Ein Strohhalm oder eine Trinkflasche kann den Geschmack etwas abschwächen.
- Kleine Trinkpausen sind erlaubt.
- Zitronen- oder Orangenscheiben sowie Kaugummi können helfen, den Geschmack zu neutralisieren.
- Vielen hilft es, abwechselnd einen Schluck Plenvu und anschließend etwas Tee oder Wasser zu trinken.

### Wichtig

Wenn Sie **sechs Stunden nach der Einnahme noch keinen Stuhlgang hatten und Beschwerden verspüren**, melden Sie sich bitte umgehend bei uns. Am Abend oder außerhalb unserer Öffnungszeiten wenden Sie sich bitte an einen ärztlichen Notdienst (z. B. Ärztefon: 0800 336 655).

### Bitte zum Termin mitbringen

- Krankenkassenkarte
- Aktuelle Medikamentenliste
- Vollständig ausgefüllte und unterschriebene Unterlagen  
Bitte bringen Sie auch die Seiten mit, die nicht ausgefüllt werden mussten.  
Auf Wunsch erhalten Sie die Unterlagen nach der Untersuchung zurück.

### Nach der Untersuchung

Während der Untersuchung erhalten Sie ein Medikament, das Ihr Reaktionsvermögen beeinträchtigen kann.

Deshalb dürfen Sie für **12 Stunden:**

- kein Auto oder Fahrrad fahren
- keine Maschinen bedienen
- Falls erforderlich, stellen wir Ihnen gerne eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung für den Untersuchungstag aus.

Zwei Tage vor Ihrem Untersuchungstermin senden wir Ihnen eine Erinnerungsnachricht per SMS zu.

Falls Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie diesen mindestens 24 Stunden vorher abzusagen. Ansonsten müssen wir Ihnen ein Versäumnis verrechnen.

Sollten Sie Fragen haben, rufen Sie uns bitte unter 044 864 19 20 an. Ausserhalb der Telefonzeiten, oder wenn Sie uns telefonisch nicht erreichen, dürfen Sie uns gerne eine eMail an [admin@gastropraxis.ch](mailto:admin@gastropraxis.ch) senden. Diese werden wir so schnell wie möglich beantworten.

Mit freundlichen Grüssen

Dr. med. O. Sultanie, Dr. med. P. Schröder und K. Westerhausen  
sowie das gesamte Praxisteam