

## Vejledning til udrensning af tyktarmen inden kikkertundersøgelsen (koloskopi)

### Kost inden kikkertundersøgelsen

Brød med kerner skal undgås 3 dage før undersøgelsen. En kost bestående af fx kogt lyst kød (kylling eller fisk), pasta, lyst brød og kogte æg vil være hensigtsmæssigt.

DET SIDSTE DØGN INDEN UNDERSØGELSE MÅ DU DOG KUN INDTAGE FLYDENDE KOST (KLARE SUPPER UDEN FYLD) OG INGEN MÆLKEPRODUKTER.

### Udrensning af tarmen

For at undersøgelsen skal lykkes og give et klart billede af din tyktarm, skal tarmen være tømt for afføring. Følg disse instruktioner for udrensning med Picoprep (og IKKE dem på æsken)

#### Har du en formiddagstid til kikkertundersøgelse (mellem klokken 8 og 12)

Tag det første brev Picoprep dagen før undersøgelsen mellem klokken 15 og 16

Tag det andet brev Picoprep dagen før undersøgelsen mellem klokken 21 og 22

#### Har du en eftermiddagstid til kikkertundersøgelse (mellem klokken 12 og 16)

Tag det første brev Picoprep dagen før undersøgelsen mellem klokken 21 og 22

Tag det andet brev Picoprep på selve undersøgelsesdagen mellem klokken 7 og 8

- Tag et glas med 150 ml koldt vand - hæld pulveret fra et brev i vandet.
- Rør i blandingen i 2 - 3 minutter. Når det ikke længere bruser, er blandingen færdig. Blandingens vil være uklar/råhvid. Drik blandingen indenfor 15 minutter.
- Drik mindst et stort glas (ca. 250 ml) klar væske i timen i 4 - 6 timer efter hvert brev (er brevet indtaget mellem kl 21 og 22, skal du bare drikke det, du kan nå, inden du går i seng, og så fortsætte når du står op).

Klar væske er fx vand, saftevand (dog ikke solbær-, blåbær-, rødbede- eller gulerodssaft da tarmvæggen farves), sodavand, juice uden frugtkød, energidrikke, kaffe og te. Undgå mælkeprodukter (også i kaffe og te), da de kan forstyrre billedet af tyktarmens slimhinde. Der må gerne indtages klare supper eller bouillon.

Når du har drukket Picoprep-opløsningen, vil du opleve, at din afføring bliver mere og mere vandig, og dette er helt normalt - sørg for at have adgang til et toilet.

Det er ikke ualmindeligt, at der kan gå flere timer før, der kommer afføring første gang. Til sidst skal din afføring være helt klar/gullig og vandig.

HUSK at drikke så meget væske som muligt (vand, saft) da man let kommer i væskeunderskud ved udrensningen.

Læs venligst indlægssedlen i præparatet, men anvend ovenstående vejledning for udrensning.