

Anleitung zur Darmvorbereitung mit Plenvu®

Termin am Vormittag (08.00-10.00 Uhr)

So bereiten Sie sich richtig vor

Für eine optimale Beurteilung des Darms während der Darmspiegelung ist ein sauberer und vollständig entleerter Darm entscheidend. Eine ungenügende Darmvorbereitung kann dazu führen, dass die Untersuchung wiederholt werden muss.

Die Vorbereitung gilt als erfolgreich, wenn Ihr Stuhlgang klar ist, wie **«Kamillentee»** und **keine festen Bestandteile mehr enthält**.

Bitte lesen Sie diese Anleitung aufmerksam durch und halten Sie sich genau an die Empfehlungen.

3 Tage vor der Untersuchung: Ernährung anpassen

Vermeiden Sie Lebensmittel mit Kernen, Körnern oder ballaststoffreicher Kost



Was darf ich nicht essen

Körner, Kerne, ballaststoffreiche Kost

- ✗ Vollkornprodukte, Nüsse, Samen
- ✗ Gemüse, Salat, Pilze
- ✗ Früchte mit Kernen und Schale (Beeren, Trauben, Kiwi etc.)



Was darf ich essen

Leichte, faserarme Kost

- ✓ Reis, Pasta (nicht Vollkorn), Kartoffeln ohne Schale
- ✓ Weissbrot, Toast, Zwieback
- ✓ Fisch, Geflügel, Tofu
- ✓ Milchprodukte (Butter, Käse, Joghurt), Eier
- ✓ Bananen, Apfelmus

Am Tag vor der Untersuchung

Bis zum Mittag dürfen Sie noch leichte, faserarme Kost zu sich nehmen.

Es ist nicht notwendig/sinnvoll, am Tag vor der Untersuchung bereits zu fasten.

- **Frühstück:** leicht/faserarm (✓ Liste oben)
- **Mittagessen** bis spätestens 12 Uhr: leicht/faserarm (✓ Liste oben)
- **Ab 14 Uhr: keine feste Nahrung mehr, nur noch klare Flüssigkeiten trinken**
 - ✓ Wasser, Sirup, klarer Apfelsaft, heller Tee, Kaffee ohne Milch, klare Bouillon, Wasserglace
 - ✗ Gefärbte Getränke (z.B. dunkler Früchtetee/Schwarztee), Getränke mit Fruchtfleisch, Milch, Alkohol

Zubereitung und Einnahme von Plenvu®

Am Tag vor der Untersuchung

17.00 - 18.00 Uhr



Geben Sie den Inhalt von Dosis 1 in ein Gefäß. Mit Wasser auf 0,5 L auffüllen.



Rühren sie um, bis sich das Pulver aufgelöst hat. Dieser Vorgang kann bis zu ca. 8 Minuten dauern.

Zusätzlich mind. 0,5 L klare Flüssigkeit



Trinken Sie PLENVU® und die zusätzliche klare Flüssigkeit LANGSAM und SCHLUCKWEISE abwechselnd über einen Zeitraum von 1 Stunde.

Nach Einnahme der 1. Portion tritt nach 1-3 Stunden Durchfall von 2-6 Stunden Dauer ein



Plenvu.de

Am Untersuchungstag

Zeitpunkt abhängig vom Untersuchungszeitpunkt



Geben Sie den Inhalt von Dosis 2 (Beutel A+B) in ein Gefäß. Mit Wasser auf 0,5 L auffüllen.



Rühren sie um, bis sich das Pulver aufgelöst hat. Dieser Vorgang kann bis zu ca. 8 Minuten dauern.

Zusätzlich mind. 0,5 L klare Flüssigkeit



Trinken Sie PLENVU® und die zusätzliche klare Flüssigkeit LANGSAM und SCHLUCKWEISE abwechselnd über einen Zeitraum von 1 Stunde.

Tipps und Hinweise

- Während der Einnahme von Plenvu kann Übelkeit oder Erbrechen auftreten. Setzen Sie die Darmvorbereitung dennoch fort! Folgende Massnahmen können helfen:
 - Vorher eine Tasse warmen Tee trinken
 - Langsam und in kleinen Schlucken über 1 Stunde trinken, Plenvu gekühlt einnehmen
- Zur Vorbeugung von Reizungen am After können Sie eine fettende oder zinkhaltige Salbe auftragen.
- Medikamente sollten 3 Stunden vor der ersten Dosis Plenvu oder nach der Untersuchung eingenommen werden.
- Blutverdünner wie Marcoumar, Eliquis, Xarelto, Pradaxa oder Lixiana müssen vor der Darmspiegelung in der Regel pausiert werden. Bitte informieren Sie uns oder besprechen Sie dies mit Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt.
- Aspirin Cardio muss nicht abgesetzt werden.