

Voraussetzung für eine gut beurteilbare Koloskopie ist ein sauberer Darm, deshalb ist eine Ernährungsvorbereitung notwendig.

### 1. Drei Tage vor der Untersuchung sollte auf folgende Lebensmittel verzichtet werden

- Brot und Gebäck mit Körnern (z.B. Sesam, Leinsamen, Mohn, Chiasamen, etc.)
- Vollkornprodukte und Gerichte mit ganzen Getreidekörnern
- Obst mit Kernen (z.B. Himbeeren, Erdbeeren, Weintrauben, Kiwi, Melone)
  - faseriges Gemüse und Salate aus Tomaten, Hülsenfrüchten, Sauerkraut, Maiskörner, Paprika, Spargel, Rhabarber

Der Verzicht ist notwendig, da diese Lebensmittel nicht zur Gänze verdaut werden und der Darm möglicherweise unrein und nicht beurteilbar ist.

Eisenpräparate sollten drei Tage vor der Untersuchung auch abgesetzt werden.

Einen Tag vor der Untersuchung erhält der jeweilige Patient ein dementsprechendes Essen.

### 3. Speiseplan einen Tag vor der Untersuchung

- Frühstück Brot und Gebäck ohne Körner z.B. Weißbrot, Semmeln, Kipferl, Schwarzbrot  
Butter, Marmelade (ohne Körner), Honig, Schinken, Wurst oder Aufstriche  
Kaffee mit wenig Milch, Tee, Zucker oder Süßstoff
- Zwischenmahlzeit Patienten mit Untergewicht können am Vormittag bei Bedarf eine Creme oder ein Fruchtmus (ohne Körner) oder eine Zusatznahrung (z.B. Fortimel compact, Fa. Nutricia) erhalten.

### Danach darf keine feste Nahrung mehr gegessen werden, trinken ist weiterhin erlaubt.

- Mittagessen Klare Suppe  
1 Liter Fruchtsaft (Apfelsaft oder Orangensaft)
- Abendessen Klare Suppe
- Getränke Wasser (ohne Kohlensäure), Fruchtsäfte, Tee, Kaffee mit wenig Milch (mit Zucker oder Süßstoff) und klare Suppen können getrunken werden.  
Milch in großen Mengen (mehr als ¼ l/Tag) sollte vermieden werden, da es dadurch zu vermehrter „Schaumbildung“ im Darm kommen kann.  
Die Elektrolytlösung kann zur Geschmacksverbesserung mit Säften gemischt werden und sollte kühl getrunken werden.

Genauere Trinkanleitungen für die Vorbereitung mit Picoprep, Moviprep und Pleinvue erhalten Sie vom Pflegepersonal

### 4. Am Untersuchungstag

- Kein Frühstück
- Bis 2 Stunden vor der Untersuchung können Wasser, Fruchtsaft (ohne Fruchtfleisch), Tee (mit Zucker), Kaffee mit wenig Milch (mit Zucker) und bei Bedarf eine Zusatznahrung, z.B. PreOp (Fa. Nutricia) getrunken werden.
- Alle Medikamente, außer oralen Antidiabetika, sollten eingenommen werden. Insulin, außer Basalinsulin, sollte nicht gespritzt werden.
- Patienten sollten eine bequeme Kleidung anziehen, da der Bauch nach der Untersuchung gebläht sein kann.