

Patiëntenvoorlichting

Vorbereiding darmonderzoek

Laxeren met een dieet en Klean-Prep

Waarom deze folder?

U krijgt in overleg met uw arts binnenkort een darmonderzoek. Uw darmen moeten voor dit onderzoek helemaal schoon zijn. U krijgt hiervoor van de voorlichtingsverpleegkundige een recept mee voor het laxemiddel Klean-Prep. In deze folder leest u instructies over wat u voor het onderzoek wel en niet mag eten en drinken en over het gebruik van het laxemiddel. Misschien krijgt u ook nog aanvullende instructies van uw arts. Het is belangrijk dat u de instructies nauwkeurig opvolgt.

Wat is Klean-Prep

Klean-Prep is een laxemiddel. U kunt het recept bij uw eigen apotheek inleveren. Klean-Prep vergroot de activiteit van de darmen en zorgt er ook voor dat er vocht wordt vast gehouden in de darmen. Hierdoor ontstaat er een reinigend effect. Van dit laxemiddel krijgt u een dunne stoelgang.

Instructies eten en drinken

U krijgt instructies voor:

- 2 dagen voor het onderzoek: eten en drinken
- 1 dag voor het onderzoek: laxemiddel Klean-Prep

2 dagen vóór het onderzoek

U stopt 2 dagen vóór het onderzoek met het eten van voedingsmiddelen met pitjes en/of zaden.

Denkt u aan:

- brood met zaden en volkorenbrood
- muesli en cruesli
- volkoren- en meergranenpasta, zilvervliesrijst
- vezelige groenten zoals asperges, bleekselderij, zuurkool, snijbonen, sperziebonen, prei, doperwtten, peulvruchten, taugé, maïs, champignons, tomaten, ui, knoflook, spinazie, paprika, rauwkost en andijvie
- bepaalde fruitsoorten zoals sinaasappels, grapefruits, mandarijnen, kiwi, bramen, druiven, aardbeien en gedroogde vruchten
- pinda's, borrelnootjes en noten

Wat mag u **wel** eten?

- wit- of lichtbruinbrood en/of beschuit met margarine of boter, magere vleeswaren, gewone kaas of smeerkaas, een gekookt ei, hagelstag, chocoladepasta, honing, stroop en jam zonder pitjes
- soep met stukjes vlees, vermicelli en/of soepballetjes (maar geen groenten)

- aardappelen, witte rijst, pasta, licht gebraden mager vlees zoals kip (zonder vel) of vis
- gaar gekookte groenten zoals bloemkool, broccoli, worteltjes
- vla, pudding, kwark of yoghurt
- zacht rijp fruit of fruitconserven zonder pitjes, vezels of schil

1 dag vóór het onderzoek

De instructies voor eten en drinken 1 dag vóór het onderzoek zijn:

- 15.00 uur: u mag nog een laatste lichte maaltijd nemen (zie 'wat mag u wel eten').
- daarna alleen nog helder vloeibaar drinken (zie 'dranken wel' toegestaan)
- u mag tot na het onderzoek niets meer eten

Dranken

De volgende dranken zijn **wel** toegestaan (helder vloeibaar):

- water
- heldere soep of bouillon (bijvoorbeeld een opgelost bouillonblokje en/of opkikkertje in de smaak kip of tuinkruiden)
- helder vruchtensap zonder vruchtvlees
- thee of koffie zonder melk
- heldere dranken zoals limonade of sportdrank (zonder prik)

De volgende dranken zijn niet toegestaan;

- koolzuurhoudende dranken
- alcoholische dranken
- melkproducten

Waterijsjes of druivensuikertabletjes

Aangezien u niet mag eten is het wel belangrijk om voldoende suikers en zout binnen te krijgen. Neem daarom niet teveel suikervrije (light) dranken. Extra suiker kunt u nemen in de vorm van waterijsjes of druivensuikertabletjes.

Het kan zijn dat u door het niet eten hoofdpijn krijgt. U mag dan paracetamol gebruiken.

Instructies Klean-Prep

Gebruiksaanwijzing Klean-Prep

In één verpakking Klean-Prep vindt u 4 zakjes. U maakt met één zakje één liter Klean-Prep:

- giet de inhoud van één zakje direct in de bijgevoegde shaker
- voeg één liter water toe (leidingwater of niet-koolzuurhoudend mineraalwater)

- schroef het deksel van de shaker dicht
- schud de shaker tot het poeder helemaal opgelost is

Tips voor het innemen van Klean-Prep

Als u de smaak van Klean-Prep wilt afwisselen kunt u onderstaande tips volgen:

- drink de Klean-prep gekoeld
- drink Klean-Prep met een rietje. De vloeistof komt verder in de mond en proeft u er minder van
- voeg wat citroensap toe of een scheutje limonadesiroop
- gebruik tussendoor kauwgum

Uw medicijnen

Houdt u er rekening mee dat u uw eigen medicijnen niet net voor, tijdens of vlak na het laxeren inneemt.

Tijdschema inname Klean-Prep

Voor volledig schone darmen is het belangrijk het tijdschema inname Klean-Prep zorgvuldig te volgen. U drinkt in totaal 4 liter Klean-Prep: 2 liter de dag **vóór** het onderzoek en 2 liter op de dag van het onderzoek.

De dag vóór het onderzoek

Maak de Klean-Prep klaar (zie de gebruiksaanwijzing hierboven). U drinkt de dag vóór het onderzoek 2 liter Klean-Prep:

- 17.00 uur: start met het drinken van de 1^e liter Klean-Prep
 - niet in 1 keer, maar iedere 10-15 minuten een glas van 250 ml
 - drink nog een 500 ml helder vloeibaar
- 18.00 uur: start met het drinken van de 2e liter Klean-Prep
 - niet in 1 keer, maar iedere 10-15 minuten een glas van 250 ml
 - drink nog 500 ml helder vloeibaar

De dag van het onderzoek

U neemt opnieuw 2 liter (3^e + 4^e) Klean-prep. Het tijdstip van de 3^e en de 4^e liter hangt af van het tijdstip van uw scapie. Kijk hiervoor in het schema (pagina 4).

Start

- start volgens het schema (pagina 4) met het drinken van de 3e liter en 4e liter Klean-Prep
 - niet in 1 keer, maar iedere 10-15 minuten een glas van 250 ml
 - totale hoeveelheid moet binnen 2 tot 3 uur zijn opgedronken
- drink daarnaast in totaal nog 1 liter helder vloeibaar

Schema tijdstip scopie en tijdstip inname Klean-Prep

Tijdstip scopie	Inname 3 ^e liter Klean-Prep	Inname 4 ^e liter Klean-Prep
08:30 uur	04:30 uur	05:30 uur
09:00 uur	05:00 uur	06:00 uur
09:30 uur	05:30 uur	06:30 uur
10:00 uur	06:00 uur	07:00 uur
10:30 uur	06:30 uur	07:30 uur
11:00 uur	07:00 uur	08:00 uur
11:30 uur	07:30 uur	08:30 uur
12:00 uur	08:00 uur	09:00 uur
13:00 uur	09:00 uur	10:00 uur
13:30 uur	09:30 uur	10:30 uur
14:00 uur	10:00 uur	11:00 uur
14:30 uur	10:30 uur	11:30 uur
15:00 uur	11:00 uur	12:00 uur
15:30 uur	11:30 uur	12:30 uur
16:00 uur	12:00 uur	13:00 uur

Instructies drinken

Tot 1 uur voor het onderzoek mag u alleen nog helder vloeibaar drinken. Daarna tot aan het onderzoek niet meer. U mag deze dag niet roken en niet eten.

Waar moet u rekening mee houden bij het gebruik van Klean-Prep?

Houdt u rekening met (water-)dunne ontlasting die kan optreden vanaf ieder moment na inname Klean-Prep. Dit kan tot gevolg hebben dat u last krijgt van buikkrampen. Blijf in de buurt van een toilet totdat het effect is afgenomen.

Uw vragen

Heeft u vragen over het gebruik van Klean-Prep? Neem dan gerust contact op met de voorlichtingsverpleegkundige. Dit kan op werkdagen tussen 08.00 en 16.30 uur:

- locatie Alkmaar, telefoon 072 – 548 2850
- locatie Den Helder, telefoon 0223 – 69 6171

U kunt ons ook mailen: endoscopie@nwz.nl