

Vorbereiding darmonderzoek

Laxeren met Picoprep

U krijgt in overleg met uw arts binnenkort een darmonderzoek. Uw darmen moeten voor dit onderzoek helemaal schoon zijn. U krijgt hiervoor van uw arts of van uw voorlichtingsverpleegkundige een recept mee voor het laxeermiddel Picoprep®. In deze folder leest u instructies over wat u voor het onderzoek wel en niet mag eten en drinken. Misschien krijgt u ook nog aanvullende instructies van uw arts.

Instructies arts en voorlichtingsverpleegkundige

Het is belangrijk dat u de instructies van uw arts of voorlichtingsverpleegkundige nauwkeurig opvolgt. Met de instructies op de bijsluiters van de Picoprep van de apotheek hoeft u niets te doen. Gooi deze weg en volg de instructies van uw arts of verpleegkundige op.

Wat is Picoprep®

Picoprep® is een laxeermiddel. Het 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 laxeermiddel krijgt u een dunne stoelgang. Hierdoor gaat u regelmatig naar het toilet.

Instructies eten en drinken

2 dagen vóór het onderzoek

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

Wat mag u niet eten:

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

- u mag om 08:00 uur een licht ontbijt nemen (zie 'wat mag u wel eten')
- u mag om 12:00 uur een laatste lichte maaltijd nemen (zie 'wat mag u wel eten').

Dit is dus het laatste wat u eet voor uw onderzoek

- u mag daarna alleen nog helder vloeibaar drinken (zie 'dranken wel' toegestaan)

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
- rode dranken

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 en tijdschema Picoprep®

U start 1 dag voor het onderzoek met de inname van Picoprep®. Volg de instructies voor de bereiding op. Dit geldt ook voor eventuele aanvullende instructies van uw arts. Let er op welk tijdschema u moet gebruiken. Een verpakking Picoprep® bestaat uit 2 sachets die elk op dezelfde manier moeten worden ingenomen.

Gebruiksaanwijzing Picoprep®

- vul een glas met 150 ml koud water (leidingwater of niet-koolzuurhoudend mineraalwater)
- leeg de inhoud van 1 zakje picoprep in het glas
- roer 2 a 3 minuten (soms wordt de oplossing warm tijdens het oplossen, wacht dan even met drinken totdat het is afgekoeld)
- drink het glas leeg

- drink daarna nog 2 liter heldere vloeibare dranken (1 liter per uur)

Uw medicijnen

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

Tijdschema inname Picoprep®

Voor volledig schone darmen is het belangrijk de tijdschema inname picoprep® zorgvuldig te volgen.

De dag vóór het onderzoek

- 08:00 uur: u mag een licht ontbijt nemen (zie 'wat mag u wel eten')
- 12:00 uur: u mag nog een lichte lunch nemen (zie 'wat mag u wel eten')
 - daarna mag u niets meer eten
 - alleen nog helder vloeibaar (zie 'de volgende dranken zijn wel toegestaan')
- 18:00 uur: start met het drinken van het eerste glas picoprep®
- drink daarna nog 2 liter heldere vloeibare dranken (1 liter per uur)

De dag van het onderzoek

U neemt de 2e glas Picoprep®. Het tijdstip hangt af van het tijdstip van uw scopie. Kijk hiervoor in het schema (zie pagina 4).

Schema tijdstip scopie en tijdstip inname Picoprep®

Ochtend			Middag	
tijdstip scopie	inname 2e glas Picoprep®		tijdstip scopie	inname 2e glas Picoprep®
08:30 uur	04:30 uur		13:00 uur	09:00 uur
09:00 uur	05:00 uur		13:30 uur	09:30 uur
09:30 uur	05:30 uur		14:00 uur	10:00 uur
10:00 uur	06:00 uur		14:30 uur	10:30 uur
10:30 uur	06:30 uur		15:00 uur	11:00 uur
11:00 uur	07:00 uur		15:30 uur	11:30 uur
11:30 uur	07:30 uur		16:00 uur	12:00 uur
12:00 uur	08:00 uur			

Start

- start met het drinken van de 2e glas Picoprep®
- drink daarna nog 2 liter heldere vloeibare dranken (1 liter per uur)
- daarna moet u nuchter zijn, u mag ook niets meer drinken

Tot 2 uur voor het onderzoek

U mag niet meer roken. Ook de paracetamol en de druivensuiker mag u tot 2 uur voor het onderzoek blijven gebruiken.

Waar moet u rekening mee houden bij het gebruik van Picoprep®?

Houdt u rekening met regelmatige, (water-)dunne ontlasting die kan optreden vanaf ieder moment na inname van de Picoprep®. Dit kan tot gevolg hebben dat u last krijgt van buikkrampen. Blijf in de buurt van een toilet totdat het effect is afgenomen. Bij sommige mensen kan het wat langer duren (tot zo'n 7 uur na inname) voor de stoelgang op gang komt.

Uw vragen

Heeft u vragen over het gebruik van Picoprep®? Neemt u dan gerust contact op met de voorlichtingsverpleegkundige. Dit kan op werkdagen tussen 08:30 en 16:30 uur:

- locatie Alkmaar, telefoon 072 – 548 2850
- locatie Den Helder, telefoon 0223 – 69 6170

U kunt ons ook mailen: endoscopie@nwz.nl

Komt u via het bevolkingsonderzoek? Wilt u dit dan melden.