

Tarmrengöring med Picoprep inför koloskopi

Syftet med förberedelserna är att framkalla diarré för att få en ren och lättundersökt tarm. Följ nedanstående instruktioner:

Två dagar före undersökningen:

- En påse Movicol morgon och kväll (en påse blandas i 150 ml vatten/saft).

Dagen före undersökningen:

- En påse Movicol på morgonen.
- Ät en lätt frukost före kl 09, undvik linfrö, müsli och grovt bröd. Därefter får du **inte inta fast föda före undersökningen**, däremot ska du dricka rikligt med klar dryck.
- Klockan 15: Blanda 1 dospåse Picoprep i ca 150 ml kallt vatten. Rör om i 2-3 minuter och drick lösningen. Säkerställ att du har nära till toalett. Fortsätt därefter att dricka 1-2 glas klar dryck i timmen.
- Klockan 20: Blanda 1 dospåse Picoprep i ca 150 ml kallt vatten. Rör om i 2-3 minuter och drick lösningen. Fortsätt dricka 1-2 glas klar dryck i timmen fram till en timme innan läggdags.

OBS! När pulver och vatten blandas blir det varmt, blanda en stund innan det ska drickas så att det hinner svalna. Det kan dröja upp till 2-3 timmar eller efter andra dosen innan den laxerande effekten börjar. Undvik att vara stillasittande under laxeringen.

Klar dryck

Ett bra sätt att undvika illamående under fastan är att dricka salt- och sockerhaltiga klara drycker. Detta gör att du håller vätske- och sockerbalansen uppe.

Klar dryck innebär:

- Klar soppa och buljong utan fasta beståndsdelar
- Vätskeersättning, t ex Resorb (receptfritt på apotek)
- Saft/Festis/juice utan fruktkött
- Kaffe och te (utan mjölk)
- Vatten eller klar kolsyrad dryck (inte lightprodukter)