

# 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 ons een recept voor het laxeremiddel Picoprep®. In deze folder leest u instructies over wat u voor het onderzoek wel en niet mag eten en drinken. Mogelijk krijgt u ook nog aanvullende instructies van ons.

### Instructies arts en voorlichtingsverpleegkundige

Het is belangrijk dat u de instructies in deze folder nauwkeurig opvolgt. Met de instructies op de bijsluiter van de Picoprep® van de apotheek hoeft u **niets** te doen. Deze instructies mag u weggooien. U mag zich houden aan de instructies die u van ons heeft ontvangen.

### Wat is Picoprep® en Bisacodyl®

Picoprep® en Bisacodyl® zijn laxeremiddelen. Beide vergroten de activiteit van de darmen en zorgen er voor dat de darmen vocht vasthouden. Hierdoor ontstaat er een reinigend effect. Van deze laxeremiddelen krijgt u een dunne stoelgang. Hierdoor gaat u regelmatig naar het toilet.

### Instructies eten en drinken

#### Belangrijk: lees de instructies over eten en drinken goed door!

Als uw darmen niet goed schoon zijn, kan het onderzoek niet doorgaan. U gaat weer naar huis en een nieuwe afspraak is nodig. Wij vragen u onderstaande instructies over het eten en drinken goed door te lezen. Maar ook dat u ze opvolgt. Zo komt u niet voor verrassingen te staan.

#### 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 na de lunch**

### **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 sportdrink (zonder prik)

De volgende dranken zijn **niet** toegestaan:

- koolzuurhoudende dranken
- alcoholische dranken
- melkproducten

### **Waterijsjes of druivensuikertabletjes**

Omdat 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® en Bisacodyl®**

U start 1 dag voor het onderzoek met de inname van Picoprep® en Bisacodyl®. Volg de instructies voor de bereiding op. Dit geldt ook voor eventuele aanvullende instructies. Let er op welk tijdschema u moet gebruiken. Een verpakking Picoprep® bestaat uit 2 zakjes die u elk op dezelfde manier moet innemen.

## 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 tot 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

Houdt u er rekening mee dat u uw eigen medicijnen een uur voor, of een uur na het laxeren inneemt. Houdt u er bij het gebruiken van de anticonceptiepil rekening mee, dat u de rest van de cyclus niet kunt rekenen op volledige bescherming.

## Tijdschema inname Picoprep® en Bisacodyl®

Voor volledig schone darmen is het belangrijk het tijdschema van inname Picoprep® en Bisacodyl® zorgvuldig te volgen.

### 1 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')
- 13:00 uur: neem 2 tabletten Bisacodyl® in met een groot glas water
- 18:00 uur: start met het drinken van het eerste glas Picoprep®
- drink daarna nog 2 liter heldere vloeibare dranken (1 liter per uur), elke 10 minuten een glas
- de rest van de avond mag u zoveel helder vloeibaar blijven drinken als u wilt, dit komt het schoonspoelen van de darm ten goede

### De dag van het onderzoek

U neemt het 2e glas Picoprep®. Het tijdstip hangt af van het tijdstip van uw scopie.

#### 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 het 2e glas Picoprep®
- drink daarna nog 2 liter heldere vloeibare dranken (1 liter per uur), elke 10 minuten een glas
- daarna moet u nuchter zijn, u mag dus ook niets meer drinken

## Tot 2 uur voor het onderzoek

U mag niet meer roken. Wel mag u tot 2 uur voor het onderzoek nog helder vloeibaar blijven drinken. Ook paracetamol en druivensuiker mag u tot 2 uur voor het onderzoek blijven gebruiken.

U mag de laatste 2 uur voor het onderzoek niets meer drinken. U bent nuchter.

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

Houdt u rekening met regelmatige, (water-)dunne ontlasting die kan optreden vanaf ieder moment na inname van de Picoprep® en/of de Bisacodyl®. 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® en Bisacodyl®? Neemt u dan gerust contact op met de afdeling endoscopie. Dit kan van maandag t/m vrijdag tussen 08:30 en 16:30 uur:

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