

# Darm-Reinigung: So bereiten Sie sich auf die Darm-Spiegelung vor.

LEICHTE  
SPRACHE



## Die Darm-Reinigung ist wichtig.

Für die Darm-Spiegelung muss der Darm ganz leer sein. Damit der Arzt oder die Ärztin mit der Kamera alles im Darm genau erkennt. Das Essen im Darm versperrt manchmal die Sicht. Dann kann der Arzt oder die Ärztin **nicht** alles sehen.



## Wie bereite ich mich vor?

Der Arzt oder die Ärztin hat Ihnen ein Medikament mitgegeben. Das Medikament mit Abführ-Mittel reinigt den Darm. Und es gibt Regeln zum Essen und Trinken.

## In diesem Info-Blatt steht:

Das sind die Regeln zum Essen und Trinken. So nehmen Sie das Medikament.



### 1 Woche vorher. Das darf ich essen und trinken:

- Weizen-Brötchen, Weiß-Brot
- Fleisch
- Wurst, Käse, Marmelade, Butter
- Eier, zum Beispiel Rührei
- Milch, Joghurt
- Obst **ohne** Schale, zum Beispiel geschälter Apfel
- Kartoffeln, Nudeln, Reis
- Saft **ohne** Frucht-Stückchen



### 1 Woche vorher. Das darf ich nicht essen und trinken:

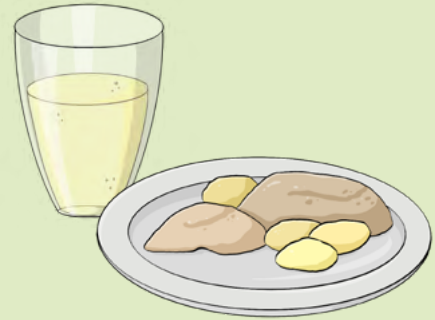
- **keine** ganzen Körner
- **kein** Müsli
- **keine** Nüsse
- **keine** dicken Schalen vom Obst oder Gemüse
- **keine** Kerne vom Obst





### 3 Tage vorher. Das darf ich essen und trinken:

- Weizen-Brötchen, Weiß-Brot
- Marmelade **ohne** Kerne
- Koch-Schinken
- Kaffee mit wenig Milch
- Obst **ohne** Schale, zum Beispiel geschälter Apfel
- Saft **ohne** Frucht-Stückchen
- Kartoffeln, Nudeln, Reis
- gekochtes Gemüse, zum Beispiel Möhren
- Puten-Fleisch **ohne** Panade



### 3 Tage vorher. Das darf ich nicht essen und trinken:

- **keine** ganzen Körner
- **kein** Müsli
- **keine** Nüsse
- **keine** dicken Schalen vom Obst oder Gemüse
- **keine** Kerne vom Obst
- **keine** fettigen Lebensmittel
- **keine** Lebensmittel mit Milch
- **keine** roten Lebensmittel, zum Beispiel Trauben-Saft



### Zum Frühstück 1 Tag vor der Darm-Spiegelung. Ich darf nur das frühstücken:

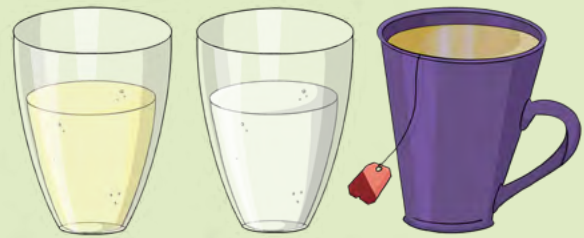
- Weizen-Brötchen oder Weiß-Brot mit sehr wenig Butter
- Marmelade **ohne** Kerne
- gekochter Schinken
- 1 Tasse Kaffee oder Tee mit ganz wenig Milch
- helle Getränke, zum Beispiel Saft **ohne** Frucht-Stückchen





## Zum Mittag-Essen 1 Tag vor der Darm-Spiegelung. Ich darf nur das zum Mittag essen und trinken:

- klare Brühe **ohne** was drin
- gelbes Wasser-Eis
- grünen Wackel-Pudding
- helle Getränke, zum Beispiel:
- heller Tee
- Apfel-Saft **ohne** Frucht-Stückchen
- Wasser
- gelbe Limonade



## Am Tag vor der Darm-Spiegelung: Wie nehme ich das Medikament mit Abführ-Mittel ein?

### Es gibt Regeln für das Medikament.

Um diese Uhrzeit muss ich das Medikament einnehmen:

Datum:

Uhrzeit:

### Manchmal gibt es ein 2. Medikament.

Um diese Uhrzeit muss ich das 2. Medikament einnehmen:

Datum:

Uhrzeit:

So muss ich das Medikament einnehmen:

---

---

### Nehmen Sie das Medikament komplett ein.

Vielleicht wird Ihnen schlecht.

Dann machen Sie eine kurze Pause.

Sie dürfen direkt nach dem Medikament etwas anderes trinken.

Aber nur helle Getränke.



## Von dem Medikament müssen Sie viel auf die Toilette gehen.

Trinken Sie viele helle Getränke.

Aber essen Sie **nichts**.

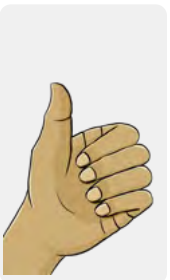
Der Stuhl-Gang wird sehr flüssig: Wie bei Durchfall.  
Der Stuhl-Gang sieht am Ende aus wie Kamillen-Tee.  
Das bedeutet: Die Darm-Reinigung war erfolgreich.



## Nehmen Sie jeden Tag Medikamente?

Dann sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin.  
Sie dürfen an dem Untersuchungs-Tag **nicht** alle Medikamente nehmen.

Diese Medikamente darf ich **nicht** einnehmen:



## Am Tag der Untersuchung: Ich darf nichts essen.

Bis \_\_\_\_\_ Uhr darf ich das trinken:  
Danach darf ich nichts mehr trinken.

- klare Brühe **ohne** was drin
- heller Tee
- heller Saft **ohne** Frucht-Stückchen
- Wasser
- gelbe Limonade



Die Regeln zum Essen und Trinken sind sehr wichtig.  
Der Darm muss vor der Darm-Spiegelung leer sein.

## Haben Sie Fragen?

Dann fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin.



Gefördert von:



Krebsgesellschaft  
Nordrhein-Westfalen e.V.