

# Klean Prep<sup>®</sup> als voorbereiding voor endoscopisch onderzoek

Maag-darm-levercentrum



Beter voor elkaar



## Klean-Prep® als voorbereiding voor endoscopisch onderzoek

Voor dit onderzoek is het belangrijk dat de darmen goed schoon zijn. Resten darminhoud kunnen een goed zicht op de darmwand onmogelijk maken. De arts heeft het middel Klean-Prep® als voorbereiding voorgeschreven. U kunt dit recept afhalen bij uw apotheek. Afhankelijk van het tijdstip van het onderzoek moet u de Klean-Prep® volgens bijgevoegd schema gebruiken.

### Instructie vóór het voorbereiden van het onderzoek

Vanaf 3 dagen vóór het onderzoek volgt u een vezelarm dieet. Dat wil zeggen **geen** kiwi's, sinaasappels, druiven en/of brood met pitjes en peulvruchten eten.

Zie onderstaande voedingslijst.

	<b>Wel eten Vezelarm</b>	<b>Niet eten Vezelrijk</b>
Graanproducten	wit brood, licht bruin brood, beschuit, toast, witte rijst, pasta (bv spaghetti, macaroni) pannenkoeken, crackers (zonder zaden en pitten).	bruin-, volkoren- en roggebrood, tarwe- en maïszemelen, muesli, cruesli, volkoren- en meergranenpasta's, haverhout(pap), zilvervliesrijst.
Groente	aardappelen, gaar gekookte groenten, zoals wortelen, bloemkool, broccoli, sperziebonen uit blik/pot, pastinaak, knolselderij, zoete aardappel, pompoen.	asperges, bleekselderij, zuurkool, snijbonen, sperziebonen, prei, doperwtten, peulvruchten, taugé, maïs, champignons, tomaten, rauwkorst en ui.

Fruit	rijp fruit zonder schil en zaden zoals: appel, peer en banaan (beperk dit wel tot maximaal 2 stuks per dag) appelmoes, vruchtenmoes.	onrijp fruit, sinaasappel, grapefruit, mandarijn, ananas, mango, kiwi, druiven, gedroogde (zuid)vruchten zoals: dadels, vijgen, pruimen, krenten, rozijnen. Kokos en vruchtensappen met vruchtvlees.
Noten, pinda's en zaden		alle nootsoorten, pinda's, sesamzaad, maanzaad, zonnebloempitten.
Tussendoortjes	cake, chocolade (zonder nootjes) snoep, ijs, yoghurt, vla, pudding.	popcorn, (meergranen) koekjes, vruchtenyoghurt.
Broodbeleg	boter, margarine, halvarine, kaas (behalve komijn), smeerkaas, kipfilet, ham, rookvlees, salami, ei, boterhamworst, leverworst, paté, hagelslag, pasta, fruithagel.	pindakaas, komijnenkaas, jam met pitjes, kokosbrood, muisjes.
Vis en vlees	alle soorten vlees, vis en kip.	

## Onderzoek voor 12.00

### Volg bijvoorbeeld dit schema van vezelarme producten:

De dag voorafgaand aan het onderzoek

- Ontbijt **(8.00 – 9.00 uur):**

Bijvoorbeeld:

2 koppen thee of andere heldere dranken

1 gekookt ei

2 sneetjes witbrood met 1 plakje kaas/smeerkaas en jam zonder pitjes of schilletjes.

**Of**

2 koppen thee of andere heldere dranken

Schaaltje vla, (soja)yoghurt of pudding.

- Tussendoor **(9.00 – 12.00 uur):**

Bijvoorbeeld:

2 koppen thee of andere heldere dranken;

1 glas appelsap of sportdrink.

- Lunch **(12.00 – 13.00 uur):**

Bijvoorbeeld:

2 koppen bouillon

1 portie kip zonder vel of 1 portie vis zonder graat of jam zonder pitjes of schilletjes

2 witte boterhammen

1 glas appelsap of sportdrink.

**Of**

Schaaltje vla, (soja)yoghurt of pudding

2 koppen bouillon

1 glas appelsap of sportdrink.

**Nadat u uw lunch op heeft mag u niets meer eten, u mag nog wel heldere dranken drinken. Bijvoorbeeld water (met of zonder smaak), sportdrink, heldere appelsap, heldere gezeefde bouillon, heldere kruiden- of vruchtenthee. Dus niet toegestaan: koffie, zwarte thee, rode (vruchten) sap, troebele vruchtensap en melkproducten.**

Om **15.30 uur** begint u met drinken van de Klean Prep®.

- Om **15.30 uur** maakt u uw eerste liter drank klaar en drinkt dit in 1 uur op.
- Om **16.30 uur** maakt u uw tweede liter drank klaar en drinkt dit in 1 uur op.
- Om **18.00 uur** maakt u uw derde liter drank klaar en drinkt dit in 1 uur op.

Het is belangrijk dat u alles opdrinkt. U dient er rekening mee te houden dat u, 1½ uur nadat u de Klean Prep® opgedronken heeft, nog een reactie krijgt. Hierna mag u niets eten, maar wel **heldere vloeistoffen** drinken, bijvoorbeeld water (met of zonder smaak), sportdrank, heldere appelsap, heldere gezeefde bouillon, heldere kruiden- of vruchtenthee.

### **De dag van het onderzoek**

U mag niets meer eten, maar wel **heldere vloeistoffen** drinken, bijvoorbeeld water (met of zonder smaak), sportdrank, heldere appelsap, heldere gezeefde bouillon, heldere kruiden- of vruchtenthee.

U begint met het drinken van de laatste liter Klean-Prep® om **05.00 uur**, zodat er nog voldoende tijd is voor de reactie op de Klean-Prep®

- Om **05.00 uur** maakt u uw vierde liter drank klaar en drinkt dit in 1 uur op.

**Tot 1 uur vóór het onderzoek** mag u nog heldere vloeistoffen drinken.

Advies: probeer tijdens het voorbereiden zoveel mogelijk te blijven bewegen, dit zorgt ervoor dat de darmen beter en sneller schoon zijn.

## Onderzoek na 12.00

### Volg bijvoorbeeld dit schema van vezelarme producten:

De dag voorafgaand aan het onderzoek

- Ontbijt (**8.00 – 9.00 uur**):

Bijvoorbeeld:

2 koppen thee of andere heldere dranken

1 gekookt ei

2 sneetjes witbrood met 1 plakje kaas/smeerkaas en jam zonder pitjes of schilletjes.

**Of**

2 koppen thee of andere heldere dranken

Schaaltje vla, (soja)yoghurt of pudding.

- Tussendoor (**9.00 – 12.00 uur**):

Bijvoorbeeld:

2 koppen thee of andere heldere dranken

1 glas appelsap of sportdrink.

- Lunch (**12.00 – 14.00 uur**):

Bijvoorbeeld:

2 koppen bouillon;

1 portie kip zonder vel of 1 portie vis zonder graat of jam zonder pitjes of schilletjes

2 witte boterhammen

1 glas appelsap of sportdrink.

**Of**

Schaaltje vla, (soja)yoghurt of pudding.

- Tussendoor (**14.00 – 16.00 uur**):

Bijvoorbeeld:

1 beschuit met suiker

1 kop thee of andere heldere dranken

**Of**

1 kop bouillon

1 kop thee of andere heldere dranken

**Nadat u het laatste tussendoortje op heeft mag u niets meer eten, u mag nog wel heldere dranken drinken. bijvoorbeeld water (met of zonder smaak), sportdrink, heldere appelsap, heldere gezeefde bouillon, heldere kruiden- of vruchtenthee. Koffie, zwarte thee, rode (vruchten) sap, troebele vruchtensap en melkproducten zijn niet toegestaan.**

Om **18.30 uur** begint u met drinken van de Klean Prep®.

- Om **18.30 uur** maakt u uw eerste liter drank klaar en drinkt dit in 1 uur op.
- Om **19.30 uur** maakt u uw tweede liter drank klaar en drinkt dit in 1 uur op.

Het is belangrijk dat u alles opdrinkt. U dient er rekening mee te houden dat u, 1½ uur nadat u de Klean Prep® opgedronken heeft, nog een reactie krijgt. Hierna mag u niets eten, maar wel heldere vloeistoffen drinken, bijvoorbeeld water (met of zonder smaak), sportdrink, heldere appelsap, heldere gezeefde bouillon, heldere kruiden- of vruchtenthee.

### **De dag van het onderzoek**

U mag niets meer eten, maar wel heldere vloeistoffen drinken, bijvoorbeeld water (met of zonder smaak), sportdrink, heldere appelsap, heldere gezeefde bouillon, heldere kruiden- of vruchtenthee.

Om **08.00** uur begint u met drinken van de Klean Prep®.

- Om **08.00 uur** maakt u uw derde liter drank klaar en drinkt dit in 1 uur op.
- Om **09.00 uur** maakt u uw vierde liter drank klaar en drinkt dit in 1 uur op.

**Tot 1 uur vóór het onderzoek** mag u nog heldere vloeistoffen drinken.

Advies: probeer tijdens het voorbereiden zoveel mogelijk te blijven bewegen, dit zorgt ervoor dat de darmen beter en sneller schoon zijn.



## **Contact**

Maag-darm-levercentrum.

**T** 010 297 53 74

[www.ikazia.nl](http://www.ikazia.nl)







**Let op:** In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

**Please note:** This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

**Dikkat:** Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

**Uwaga:** Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

**انتبه:** هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.