

Picoprep[®] als voorbereiding voor colonoscopie

Maag-Darm-Levercentrum



Beter voor elkaar

Picoprep® als voorbereiding

Uw arts heeft als darmvoorbereiding het middel PicoPrep® voorgeschreven. U heeft een recept gekregen, waarmee u dit middel kunt afhalen bij uw apotheek. U dient de **Picoprep®** volgens onderstaand schema te gebruiken. (dit wijkt af van de bijsluiter)

Instructie vóór het voorbereiden van het onderzoek

Vanaf 3 dagen vóór het onderzoek volgt een u een vezelarm dieet. Zie onderstaande voedingslijst.

	Wel eten Vezelarm	Niet eten Vezelrijk
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, havermout(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.	

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

2 koppen bouillon

1 glas appelsap of sportdrink.

Nadat u geluncht 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 **16.00 uur** neemt u 2 tabletten **Bisacodyl** in.
- Om **18.00 uur** opent u de verpakking van de **PicoPrep®** en haalt u er één sachet (zakje) uit. Doe de inhoud van het eerste sachet in een glas met 150 ml koud water. Roer 2 à 3 minuten. Wanneer de melkachtige oplossing warm wordt, wacht u tot deze is afgekoeld.
- Tussen **ca. 18.30–21.30 uur**, drink minimaal **2 liter** aan heldere vloeistoffen.

Colonoscopie in de ochtend

De dag van het onderzoek:

- Op de dag van het onderzoek mag u **niets meer eten**.
- Om **5.00 uur** maakt u (op dezelfde wijze als de vorige dag) het tweede glas **Picoprep®** klaar.
- Meteen daarna drinkt u, **tot 7.00 uur**, weer **2 liter** heldere vloeistoffen, waarvan **minimaal 2 glazen heldere bouillon en appelsap of 2 glazen heldere sportdrink**.
- **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.

Als u last heeft van hoofdpijn tijdens het voorbereiden mag u eventueel paracetamol 500mg innemen.

Colonoscopie in de middag

De dag van het onderzoek:

- Op de dag van het onderzoek mag u **niets meer eten**.
- Om **8.00 uur** maakt u (op dezelfde wijze als de vorige dag) het tweede glas **Picoprep®** klaar.
- Meteen daarna drinkt u, **tot 10.00 uur**, weer **2 liter** heldere vloeistoffen, waarvan **minimaal 2 glazen heldere bouillon en appelsap of 2 glazen heldere sportdrink**.
- **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.

Als u last heeft van hoofdpijn tijdens het voorbereiden mag u eventueel paracetamol 500mg innemen.



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.