

## Förberedelser inför din koloskopi med Plenvu

Du har fått tid för en undersökning av din tjocktarm med koloskopi. Via en slang med kamera undersöks insidan av hela din tjocktarm och sista delen av tunntarmen.

**Det är viktigt att du läser detta i god tid och följer nedanstående instruktioner!**

Förutsättningen för en lyckad undersökning är att tarmen är helt tom och ren. Därför måste du tömma tarmen med laxeringsmedel Plenvu enligt de instruktioner som följer nedan. Följer du inte instruktionerna är risken stor att tarmen inte är ren, vilket kan innebära att undersökningen och förberedelserna måste göras om igen.

1. 7 dagar innan din koloskopi skall du undvika fibrer, skal och kärnor i din föda då de gärna ligger kvar och skymmer sikten. Undvik t.ex. linfrö, müsli, grovt bröd, fiberpasta/fullkornsrís, majs, oliver, tomat, bönor, kiwi, citrusfrukter, vindruvor, hallon veckan före. Mat som fungerar bättre är: fisk, kyckling, yoghurt utan bitar, fil, vitt bröd med ost/skinka, omelett, mannagrynsgrot, köttfärs, ris, potatis och pasta. Drick gärna ordentligt. Pausa med järntabletter veckan före då de färgar svart i tarmen
2. Om du har trög mage och ofta är förstoppad köp ett receptfritt medel mot förstoppning på apoteket och använd under 3–5 dagar innan undersökningen. Ex. Movicol 8 påsar - en påse 1-2 gånger per dag så avföringen mjukas upp inför laxeringen
3. Hämta ut Plenvu på valfritt apotek en vecka innan din undersökning så det säkert finns i lager. Ett elektroniskt recept har skickats så du hämtar ut på valfritt apotek. Du kan även beställa hem via apotek online.
4. Dagen innan du ska göra din koloskopi ska du undvika mjölkprodukter helt och äta en liten frukost innan kl 9 om du har en förmiddagstid nästa dag, medan har du en eftermiddagstid kan du äta fram till lunch dagen före. Därefter ska du inte äta någon mer fast föda förrän efter undersökningen, men du får fortsätta dricka klara vätskor och det är viktigt att dricka mycket! Exempel på klar vätska: vatten, klar saft, juice utan fruktkött, buljong, sportdryck samt kaffe eller te utan mjölk.

### För dig som använder andra läkemedel:

- Gör uppehåll med järntabletter sju dagar innan undersökningen om du tar detta. (minskar sikten i tarmen).
- Om du har insulinbehandlad diabetes, vänligen kontakta din diabetesläkare om hur du justerar din insulin dos under laxeringstillfället.

### Kontakta oss vid följande:

- Om du har svår hjärtsvikt eller allvarlig hjärtsjukdom
  - Om du har njursvikt, stomi, eller äter blodförtunnande läkemedel
  - Om du har genomgått en operation i buk eller bröstorg de senaste sex veckorna
- Då detta kan påverka vårt val av laxeringsmedel till dig, när och hur undersökningen kan göras samt möjlighet att ta prover på ett säkert sätt. Vid övervikt (BMI>40) kan av medicinska skäl sedering/narkos ej erbjudas.

VÄND →

### **Så här tar du laxeringsförberedelsen med Plenvu:**

Förpackningen med Plenvu innehåller två doser som ska tas på olika tidpunkter.

Om du har en förmiddagstid för din koloskopi (kl. 8-12): Starta med dos 1 dagen före undersökningen kl 12 och ta sedan dos 2 kl 20 kvällen före undersökningen.

Om du har en eftermiddagstid för din koloskopi (kl.13-15): Starta med dos 1 kvällen före kl 20 och ta dos 2 morgonen efter dvs samma dag som undersökningen kl 06.00. Ställ din väckarklocka så du inte missar tiden.

*Observera att dos 1 innehåller en påse som är märkt med Dos 1 medan dos 2 innehåller två påsar märkta med dospåse A och dospåse B.*

Så här blandar och dricker man Plenvu:

Dos 1:

1. Häll upp en kanna med 5 dl kallt vatten och häll i dospåse 1, rör om och vänta i 8 min.
2. Häll upp en kanna med 5 dl klar vätska ex. vatten eller klar saft.
3. Drick långsamt under 45–60 minuter vartannat glas klar vätska och vartannat glas Plenvu tills båda kannorna är tömda. Börja med den klara vätskan.
4. Plenvu verkar inom 1–2 timmar så du bör befinna dig nära en toalett.

Dos 2:

1. Häll upp en kanna med 5 dl kallt vatten och häll i dospåse A och B märkta med dos 2, rör om och vänta i 8 minuter.
2. Häll upp en kanna med 5 dl klar vätska ex. vatten eller klar saft.
3. Drick långsamt under 45–60 minuter vartannat glas klar vätska och vartannat glas Plenvu tills både kannorna är tömda. Börja med den klara vätskan.
4. Plenvu verkar inom 1–2 timmar så du bör befinna dig nära en toalett.

**OBS! Det är viktigt att sluta dricka helt minst 2 timmar innan undersökningen.** Om du dricker senare än 2 timmar innan undersökningen kan vi tyvärr av medicinska skäl inte erbjuda dig att sova/narkos eller smärtstillande vid undersökningen.

Vi vill än en gång betona att det är viktigt att du följer instruktionerna ovan, så att undersökningen inte behöver göras om. Om du har frågor om undersökningen eller förberedelserna är du välkommen att kontakta oss på telefon 046–335450.

Vänliga hälsningar

**Capio Gastro Center Skåne**