

Förberedelser inför din koloskopi med Picoprep

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 Picoprep 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, tomater, bönor, kiwi, citrusfrukter, vindruvor, hallon veckan före. Mat som fungerar bättre är: fisk, kyckling, yoghurt utan bitar, fil, vitt bröd med ost/skinka, omelett, mannagrynsgröt, 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 Picoprep 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). Sätt ut fiberpreparat ex Inolaxol 1 vecka innan undersökningen.
- Om du har insulinbehandlad diabetes, vänligen kontakta din diabetesläkare om hur du justerar din insulindos 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.

Så här tar du laxeringsförberedelsen med Picoprep:

Förmiddagsundersökning (kl. 08.00-12.00):

- Dagen innan undersökning, före klockan 09:00; ät en lätt frukost, men undvik linfrö, müsli, grovt bröd mm enligt ovan. Därefter får du **inte inta fast föda före undersökningen**, däremot ska du dricka 3-4 liter klar dryck jämnt fördelat fram till 1 timme innan sängdags.
- Klockan 10:00; blanda innehållet i den första dospåsen i cirka 150 ml kallt vatten. Rör om i 2-3 minuter och drick lösningen. Säkerställ att du har nära till toalett.
- Klockan 20:00; blanda innehållet i den andra dospåsen i cirka 150 ml kallt vatten. Rör om i 2-3 minuter och drick lösningen.
- På morgonen, undersökningsdagen ska du dricka 1-2 glas klar dryck i timmen fram till 2 timmar innan undersökningen.

Eftermiddagsundersökning (kl. 12.00-17.00):

- Dagen innan undersökning, kl. 12:00; ät en lätt lunch, men undvik linfrö, müsli, grovt bröd mm enligt ovan.
- Därefter får du **inte inta fast föda före undersökningen**, däremot ska du dricka 3-4 liter klar dryck jämnt fördelat fram till 1 timme innan sängdags.
- Klockan 20:00; blanda innehållet i den första dospåsen i cirka 150 ml kallt vatten. Rör om i 2-3 minuter och drick lösningen. Säkerställ att du har nära till toalett.
- Klockan 06:00; blanda innehållet i den andra dospåsen i cirka 150 ml kallt vatten. Rör om i 2-3 minuter och drick lösningen. Säkerställ att du har nära till 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

Capiro Gastro Center Skåne