

## Förberedelser inför din koloskopi med Plenvu

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

### Inför din laxering

1. En vecka före undersökningen skall du undvika mat som innehåller mycket fiber, t.ex. fullkornsprodukter, müsli, nötter, hela kärnor, frön och skal som kan finnas i frukt och grönsaker. För att underlätta kommande laxering ska du sätta ut eventuella fiberpreparat t.ex. Inolaxol, Vi-Siblin 1 vecka innan undersökningen. Om du vanligtvis tar järntabletter måste du även sluta ta dessa 1 vecka innan undersökningen.
2. Om du har trög mage eller ofta är förstoppad, köp ett receptfritt medel t.ex. Movicol mot förstoppning på apoteket och använd i 5 dagar innan undersökningen. Ta Movicol – en påse morgon och kväll veckan före så att avföringen mjukas upp inför laxeringen så du säkert blir ren och den kan genomföras.
3. **Hämta ut Plenvu på apoteket en vecka innan undersökningen**, detta för att säkerställa att du inte står utan dagen innan undersökningen. Elektroniskt recept är skickat och kan hämtas ut på valfritt apotek eller beställas hem via apotek online.
4. Ät ingen fast föda efter kl. 12.00 dagen före undersökningen, men drick gärna klara drycker\* Timmarna dessförinnan får du äta – men med måtta. Ju mindre du ätit, desto snabbare och lättare blir tarmen ren! Du måste ha en toalett i din omedelbara närhet när du dricker ditt laxermedel då medlet ger en snabb tarmtömning. Det är lämpligt att redan innan du startar kuren smörja in stjärten med en fet hudsalva så att huden skyddas så den inte blir irriterad.

\* *Exempel på klara drycker: vatten, klar saft, klar juice utan fruktkött, buljong, sportdryck samt kaffe och te utan mjölkprodukter.*

**Diabetes:** Om du har insulinbehandlad diabetes, vänligen kontakta din diabetesläkare/sköterska för rådgivning hur du justerar din insulindos under laxeringstillfället.

**Viktigt! Kontakta oss via telefon 046-335450 eller via 1177 i god tid vid följande:**

- Om du har svår hjärtsvikt eller allvarlig hjärtsjukdom
- Om du har njursvikt, stomi eller äter blodförtunnande läkemedel
- Om du har genomgått en stor operation i buk eller bröstorg de senaste 6 veckorna.

Ovanstående kan påverka vårt val av laxeringsmedel till dig, när och hur undersökningen kan göras samt möjligheten till att ta prover på ett säkert sätt. **Vid övervikt (BMI >40) kan av medicinska skäl sedering/narkos inte erbjudas.**

## Så här blandar och dricker man Plenvu

Förpackningen med Plenvu innehåller två doser som ska tas på olika tidpunkter. Laxeringen ska alltså göras två gånger enligt nedan instruktion. Viktigt att nedan följs för bästa resultat.

**Dos 1** innehåller en påse som är märkt med **Dos 1**

**Dos 2** innehåller två påsar märkta med **Dospåse A och Dospåse B**.

### Dos 1:

1. Dos 1 av Plenvu tas vid 18-19 tiden dagen före undersökningen.
2. Blanda till dos 1 (1 dospåse märkt med Dos 1) med 500ml vatten.
3. Häll upp ytterligare 500ml valfri klar vätska ex. vatten.
4. Drink **långsamt** under 45-60 minuter varannan klunk klar dryck och Plenvu tills allt är uppdruckat. Totalt 1000 ml = 1 liter.
5. Plenvu verkar inom 1-2 timmar och du bör befinna dig nära en toalett

### Dos 2:

1. Dos 2 av Plenvu tas på undersökningdagen 4 timmar innan undersökningen och skall vara uppdruckat 3 timmar före undersökningstiden.
2. Blanda till dos 2 (2 dospåsar, märkt med Dospåse A och Dospåse B) med 500 ml vatten.
3. Häll upp ytterligare 500ml valfri klar vätska ex. vatten.
4. Drink **långsamt** under 45-60 minuter varannan klunk klar dryck och Plenvu tills allt är uppdruckat. Totalt 1000 ml = 1 liter.
5. Plenvu verkar inom 1-2 timmar och du bör befinna dig nära en toalett
6. Fortsätt gärna dricka klara drycker fram till 2 timmar innan undersökningen

Genom att dricka Plenvu **långsamt, minst 45-60 min**, och varannan klunk vatten/klar vätska så kan man lindra ev. illamående och om man tycker smaken är jobbig. Du kan även suga på en karamell. Tarmen kommer bättre igång om du rör på dig under tiden du dricker Plenvu, du kan t.ex. gå i trappor eller gå på stället.

Du får dricka så mycket klar dryck du vill efter tarmsköljningen fram till 2 timmar innan undersökningen, t.ex. saft, te eller kaffe, men inte kolsyrad dryck. Däremot får du inte äta förrän undersökningen är genomförd.

**OBS! Det är viktigt att du slutar dricka helt minst 2 timmar innan undersökningen.** Om du dricker senare än 2 timmar innan undersökningen kan vi av medicinska skäl **inte** erbjuda sedering/narkos 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 eller via 1177.**

Vänliga hälsningar

**Capio Gastro Center Skåne**