

Udrensning af tarmen med Picoprep og Toilax

Hvis du har en alvorligt nedsat nyrefunktion, skal du kontakte os.

Du skal have foretaget en koloskopi. For at opnå det bedst mulige resultat er det vigtigt, at tarmen er helt ren. Dette opnås, hvis du følger nedenstående instruktioner. **Det er vigtigt, at du følger disse instruktioner og ikke dem fra æsken.**

TRE DØGN FØR UNDERSØGELSEN

Du må ikke spise brød med kerner, frisk frugt eller grøntsager, hørfrø eller lignende. Du bør undgå mælkeprodukter, og du må ikke spise jerntabletter. Det er bedst, hvis du spiser en let kost og dagligt drikker 2-3 liter væske.

2 DAGE FØR UNDERSØGELSEN

- **Kl. 18.00** Tag 2 Toilax tabletter (afføringsmiddel)

DAGEN FØR UNDERSØGELSEN

- **Kl. 08.00** Tag 2 Toilax tabletter

Til morgenmad og frokost må du kun spise de fødevarer, der er beskrevet i de følgende eksempler:

Til morgenmad:

- Kogt eller porcheret æg
- Hvidt brød (f.eks. toast) med skrabet smør eller margarine
- Kaffe eller te, uden mælk

Til frokost (skal spises senest kl. 12):

- Kogt eller grillet hvid fisk eller kyllingekød
- Kogte kartofler uden skind, hvide ris eller hvid pasta
- Hvidt brød

Efter frokost må du kun drikke klare væsker. Drik gerne forskellige væsker fordelt over flere timer, f.eks. æblejuice/appelsinjuice (uden frugtkød), kaffe/te (uden mælk), saft, sodavand (gerne sukkerholdig), bouillon (uden fyld). Der må ikke indtages røde væsker eller mælkeprodukter.

- **Kl. 14.00** Tag det første brev Picoprep og drik 1½ liter klare væsker
- **Kl. 18.00** Tag det andet brev Picoprep og drik 1½ liter klare væsker

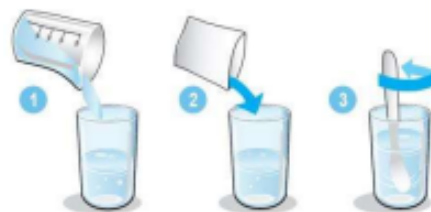
PÅ UNDERSØGELSESDAGEN

Du må fortsat intet spise på undersøgelsesdagen. Du må fortsat drikke vand og klare væsker indtil 2 timer før undersøgelsen. Herefter må du ikke indtage noget som helst.

Vend →

SÅDAN BLANDES PICOPREP

1. Tag et glas vand med 1,5 dl koldt vand.
2. Hæld pulveret fra ét brev i vandet.
3. Rør blandingen i 2-3 minutter.
Når det ikke længere bruser, er blandingen færdig.
Drik blandingen, helst indenfor 15 minutter.
4. **Drik minimum 1½ liter klare væsker** i løbet af de næste 2-4 timer.



Medicinen begynder at virke 1-3 timer, efter du har taget den. Sørg for at være i nærheden af et toilet.

EKSEMPLER PÅ, HVAD DU MÅ OG IKKE MÅ INDTAGE UNDER UDRENSNINGEN

Må gerne indtages:	Må IKKE indtages:
Brød, kornprodukter og lign.:	
<ul style="list-style-type: none"> • Hvidt brød uden kerner, hvide ris, hvid pasta og kartofler uden skræl. • Brød må GERNE ristes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fuldkornsprodukter, kerner, brune eller vilde ris, havregryn, granola, quinoa, bulgur og perlebyg.
Kød og andre proteinkilder:	
<ul style="list-style-type: none"> • Kogt/grillet kylling, kalkun og hvid fisk (NB! uden skind), æg og tofu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Bønner, linser og kikærter. • Rødt kød, bøffer o.l., fed fisk (fx laks).
Frugt og grønt:	
<ul style="list-style-type: none"> • Gennemkogte grøntsager, som ikke er trævlede, har skind/skræl eller kerner/frø (fx kogte gulerødder). • Skrællet og udhulet agurk. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rå frugt og grøntsager. • Frugt og grønt med frø, skind/skræl eller membraner. • Bær, løg, broccoli, kål og salat.
Mælkeprodukter og lign.	
<ul style="list-style-type: none"> • (et lag skrabet smør/margarine kan gå an). 	<ul style="list-style-type: none"> • ALLE mælkeprodukter, herunder mælk, fløde, yoghurt/skyr, cremefraiche, ost osv. • Plantebaserede mælkeprodukter. • Proteindrikke.
Pålæg	
<ul style="list-style-type: none"> • Kyllingebrystpålæg og kalkunpålæg. • Honning, nutella og gele. 	<ul style="list-style-type: none"> • Syltetøj, peanutbutter, ost eller andet mælkebaseret pålæg/smørelse.
Slik, snacks mm.	
<ul style="list-style-type: none"> • Chokolade, bolsjer og vingummi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Chips, popcorn, nødder og lign.

Hvis du har diabetes: Eventuelle ændringer i medicin, som følge af ovenstående diæt, skal drøftes med egen læge.