

Udrensning af tarmen med picoprep.

Udrensning af tarmen:

Du skal have foretaget en kikkertundersøgelse af din tyktarm.

For at opnå det bedste mulige resultat er det vigtigt, at tarmen er helt ren.

Dette opnås, hvis du følger disse instruktioner og ikke dem fra picoprep æsken.

3-4 døgn før undersøgelsen:

Det er meget vigtigt, at du ikke spiser fedt – og fiberrig kost til undersøgelsen er overstået.

Du skal undgå mælkeprodukter og kerner (fx fuldkornsbrød) men også kerner fra frugt, birkes samt fibertilskud så som sylflor og HUSK produkter.

2 døgn før undersøgelsen:

Du må kun spise de fødevarer, der er beskrevet i følgende eksempler:

Morgenmad: Kogt eller pocheret æg.

Hvidt brød med plante baseret smør eller margarine.

Kaffe eller te uden mælk.

Frokost/aften: Kogt eller grillet fisk ellers kylling uden skind.

Kogte kartofler uden skræl, hvide ris eller hvidt pasta samt lyst brød.

Drik rigeligt med vand, saft, æblejuice, bouillon, te og kaffe uden mælk.

1 døgn før undersøgelsen:

Du må kun indtage flydende kost fx klar siet suppe, saft, sodavand, vand og juice uden frugtkød samt te og kaffe uden mælk altså flydende kost der ikke indeholder mælkeprodukter.

Kl. 11 dagen før undersøgelsen tages det første brev picoprep.

Sådan gør du:

1. Tag et glas med 150 ml. Koldt vand.
2. Hæld puleret fra brevet i vandet.
3. Rør i blandingen i 2-3 min.

Når det ikke længere bruser, er blandingen færdig.

Drik blandingen i løbet af max. 15 min.

Derudover skal du drikke minimum 1,5 liter klar væske i løbet af de næste 4-6 timer.

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

Kl. 17 tager du det andet brev picoprep.

Blandes på samme måde.

Drik minimum 1,5 liter klar væske i løbet af de næste 2-4 timer.

På undersøgelsesdagen:

Du må tage din vanlige medicin, hvis du har sukkersyge må du dog ikke tage din sukkersyge medicin.

Du må forsat ikke spise.

Du må drikke klare væsker som fx klar siet suppe, saft, sodavand, vand, og juice uden frugtkød samt te og kaffe uden mælk **INDTIL 2 TIMER FØR UNDERSØGELSE.**

Med venlig hilsen