

## **Förberedelser för koloskopi med Movprep**

För att kunna utföra undersökningen och bedöma tarmen, måste tarmen vara ren. En del födoämnen i kosten kan stanna kvar i tarmen upp till sju dagar. Detta kan orsaka tekniska problem, samt att undersökningen kanske måste göras om.

### **Sju dagar före din undersökning får du därför inte äta.**

- Järntabletter
- Fullkorn och frön till exempel vis linfrö, havregryn , müsli och fullkornsbröd.
- Svårsmält mat såsom svamp, sparris, lök, majs, paprika och kött från citrusfrukter .
- Frukter , bär och grönsaker med skal och kärnor till exempel tomater, vindruvor, lingon ,hallon, kiwi och passionsfrukt

### **Du kan äta följande:**

- Kött, fisk , korv , pasta (ej fullkorn) potatis ris och äggrätter,
- Skalade frukter, skalad gurka utan kärnor, sallad

### **Om du har förstoppningsproblem**

Rekommenderas intag av **Lactulos** alternativt **Movicol** (receptfritt på apoteket)

Två dagar före undersökningen rekommenderas följande dosering:

Movicol: i påse morgon, middag och kväll

Lactulos: 15 ml morgon middag samt kväll.

Använder du något av dessa sedan tidigare, fortsätt som förut.

### **Dagen före undersökningen**

Lätt frukost: Exempelvis äggröra, omelett, fil/yoghurt och soppor , risgrynsgröt, mannagrynsgröt, keso, vitt bröd som formfranska

Lunch: Flytande kost såsom redda mixade soppor t.ex potatissoppa ect . nyponsoppa fil/yoghurt

## **Därefter endast intag av klar dryck fram till undersökningen!**

### **Klar dryck är genomskinlig.**

T.ex saft (ej röd) , läsk, honungsvatten, buljong, ofärgad energidryck, apelsinjuice (utan fruktkött) äppeljuice samt te och kaffe utan mjölk

### **Klar dryck är INTE**

Fil/yoghurt, Proviva, juice med fruktkött, smoothie , närings-proteindryck, blåbärssoppa coca cola

Drick inte enbart vatten eller lightprodukter då de ej ger någon energi. Utan se till att inta drycker med socker och salt, så att du håller ditt energiintag på en bra nivå.

### **Laxering med Movprep**

Senast tre dagar före undersökningen hämta ut receptet på tarmrengöringsmedlet, MOVPREP Blanda MOVPREP enligt instruktionerna på förpackningen. **Men följ våra anvisningar**

För smakens skull kan Du, efter varje glas MOVPREP, ta en klunk saft.

MOVPREP framkallar ganska snart flera lösa avföringar, så det är bra att ha närhet till en toalett.

#### **Har du tid före kl 10.00 ska du inta MOVPREP enligt följande:**

- 1 liter dvs hälften av lösningen mellan kl. 15.00-17.00 dagen före undersökningen.  
-Därefter dricker Du **minst** 0,5 l klar dryck.
- 1 liter mellan klockan 04.00-05.00 undersökningsdagens morgon.  
Därefter dricker du **minst** 0,5 l klar dryck.

#### **Har du tid klockan 10 och därefter ska du inta MOVPREP enligt följande:**

- 1 liter dvs hälften av lösningen mellan klockan 18.00-20.00 dagen före undersökningen.  
-Därefter dricker Du **minst** 0,5 l klar dryck
- 1 liter mellan klockan 06.00- 07.00, undersökningsdagens morgon.  
Därefter dricker Du **minst** 0,5 l klar dryck  
Fortsätt att dricka klara drycker fram till undersökningen.

Skydda huden runt analöppningen med fet salva innan MOVPREP behandlingen påbörjas, exempelvis zinksalva el. liknande

Medtag gärna en banan eller smörgås som du kan äta direkt efter undersökningen.

Välkommen att höra av dig till sjuksköterskorna på gastromottagningen vid eventuella frågor om undersökningen. Tel: 08-690 54 13

**Lycka till!**