

Förberedelse med PICOPREP inför koloskopiundersökning

Information för dig som skall genomgå tarmsköljning med PICOPREP

1 vecka före din undersökning

Undvik fiberrik föda såsom **frukter, bär och grönsaker med skal och kärnor** (t ex tomater, bönor, kiwi och vindruvor, citrusfrukter) och **fullkorn och frön** (t ex linfrön, vetekli, grovt bröd), **svårsmält mat** (t ex sparris, lök och paprika) samt **gör ett uppehåll med fiberpreparat** (t ex Inolaxol, Visiblin etc.)

1 dag före din undersökning

Du får äta en lätt frukost tex. vitt bröd och kokt ägg före kl. 09.00. Därefter får du inte inta fast föda före undersökningen, däremot ska du dricka minst 1 glas klar dryck i timmen.

Kl. 17:00 blandas innehållet i den första dospåsen i ca 150 ml kallt vatten. Rör om i 2-3 minuter och drick lösningen när den inte brusar längre. Blandningen ska vara mjölkig/oklar. Fortsätt därefter att dricka minst 4 glas klar dryck i timmen under 2 timmar. Det är viktigt att du har fått i dig minst 3-4 liter klar dryck fram till undersökningen, om du inte har hjärt eller njursvikt. Ring oss annars.

Undersökningsdagen

5 timmar innan din undersökning blandas innehållet i den andra dospåsen i ca 150 ml kallt vatten. Rör om i 2-3 minuter och drick lösningen när den inte brusar längre. Blandningen ska vara mjölkig/oklar. Fortsätt därefter att dricka minst 4 glas klar dryck i timmen under 2 timmar.

Klar dryck

- Klar soppa och buljong utan fasta beståndsdelar
- Resorb, vätskeersättning (receptfritt på apotek)
- Apelsin- och äppeljuice utan fruktkött (inte röd eller rödblå dryck)
- Klar sportdryck
- Kaffe och te (utan mjölk)
- Vatten eller klar kolsyrad dryck