

Information för dig som skall genomgå tarmsköljning med PICOPREP (förmiddagsundersökning)

Förberedelser inför din undersökning:

1 vecka före din undersökning

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

1 dag före din undersökning

Du får äta en lätt frukost före kl 09.00. Därefter får du inte inta fast föda före undersökningen, däremot ska du dricka minst två liter klar dryck tills kl 14.00.

Kl 14.00 blanda 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 klar dryck så att du har fått i dig minst två liter tills kl 20.00.

Kl 20.00 blanda 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 klar dryck så att du har fått i dig minst två liter fram till 1 timme innan läggdags.

Fortsätt att dricka klar dryck på morgonen. Det är viktigt att du har fått i dig minst 6 liter klar dryck (under dagen före undersökningen+undersökningsmorgonen) fram till två timmar innan undersökningen, och fortsätt gärna dricka även efter det. Se förslag på klar dryck nedan.

Klar dryck

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

Det är viktigt att din tarm är ren, därför måste du följa våra anvisningar mycket noga. Om tarmen inte blir tillräckligt ren riskerar du att få göra om hela undersökningen.

Lycka till med förberedelserna!

Information för dig som skall genomgå tarmsköljning med PICOPREP (eftermiddagsundersökning)

Förberedelser inför din undersökning:

1 vecka före din undersökning

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

1 dag före din undersökning

Du får äta en lätt frukost på morgonen samt en lätt lunch före kl 12.00. Därefter får du inte inta fast föda före undersökningen, däremot ska du dricka minst två liter klar dryck tills kl 20.00.

Kl 20.00 blanda 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 klara drycker så att du har fått i dig minst två liter fram till 1 timme innan läggdags.

Undersökningsdagen

Kl 06:00 blanda 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 två liter klar dryck fram till två timmar innan undersökningen.

Det är viktigt att du har fått i dig minst 6 liter klar dryck (under dagen före undersökningen+undersökningsdagen) fram till två timmar innan undersökningen, och fortsätt gärna dricka även efter det. Se förslag på klar dryck nedan.

Klar dryck

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

Det är viktigt att din tarm är ren, därför måste du följa våra anvisningar mycket noga. Om tarmen inte blir tillräckligt ren riskerar du att få göra om hela undersökningen.

Lycka till med förberedelserna!

Håll igång

Tarmen kommer bättre igång om du rör på dig under de timmar du förbereder dig. Ett förslag till kroppsrörelse skulle kunna vara att "gå på stället" dvs lyft knäet växelvis mot magen och motsatt arm. Håll igång efter förmåga. Du behöver inte bli svettig!

Så här går koloskopiundersökningen till

Undersökningen genomförs med hjälp av ett koloskop, ett långt, böjligt och mjukt instrument. Koloskopet förs in i tjocktarmen. Därefter dras det ut och slemhinnan kan undersökas hela vägen tillbaka till ändtarmen.

Undersökningen är ofarlig men du kan ibland uppleva en del obehag. Eftersom tarmen är lång och slingrig (ca 1,25 m), kan det uppstå en tånjning i ett tarmavsnitt. Det är detta som kan ge upphov till ett övergående obehag och kan lindras med hjälp av en smärtstillande injektion. Genom koloskopet kan slemhinnan fotograferas, prov tas för att göra cellundersökningar i mikroskop och mindre behandlingar utföras