



## Frühe Untersuchung (7.30 Uhr – 9.30 Uhr)

### Am Tag vor der Untersuchung:

**Bitte nehmen Sie eine Stunde vor Vorbereitungsbeginn ein leichtes Frühstück zu sich. Danach bis zur Untersuchung bitte keine feste Nahrung mehr zu sich nehmen.**

Waldweg 11  
37073 Göttingen  
T 0551 488 79 70  
F 0551 488 79 79  
www.innere-medizin-waldweg.de  
praxis@imw11.de

#### Wichtige Tipps zur Plenvu-Einnahme:

- Plenvu bevorzugt gekühlt trinken, gerne mit Trinkhalm
- Plenvu langsam und in kleinen Schlucken trinken (mind. 1h pro Dosis + 0.5 l Flüssigkeit)
- ggf. klare Flüssigkeit (z.B. klaren Apfelsaft) beimischen oder in kleinen Schlucken zwischendurch trinken
- warmer Tee (nicht gefärbt) vor Dosis 2 empfehlenswert

**08:00 Uhr:** Plenvu Dosis 1: Den Inhalt aus Dosis 1 mit 500 ml Wasser mischen. Verrühren Sie das Ganze bis die Flüssigkeit nahezu klar ist und trinken Sie diese glasweise innerhalb von 30 Minuten. Vor der Einnahme kann das Abführmittel gekühlt werden. Anschließend trinken Sie bitte mind. weitere 500 ml klare Flüssigkeit – wieder innerhalb von 30 Minuten.

**18:00 Uhr:** Plenvu Dosis 2: Aus der zweiten Packung Plenvu füllen Sie den Beutel A und Beutel B in ein Gefäß und geben 500 ml Wasser hinzu. Verrühren Sie das Ganze bis die Flüssigkeit nahezu klar ist und trinken Sie diese glasweise innerhalb von 30 Minuten, gefolgt von mind. weiteren 500 ml klarer Flüssigkeit wieder innerhalb der nächsten 30 Minuten. Vor der Einnahme kann das Abführmittel gekühlt werden. Zusätzlich trinken Sie ggf. von den erlaubten Getränken.

#### Folgendes sollten Sie beachten:

Die Dauer bis zur Stuhlentleerung nach der Einnahme des Darmreinigungsmittels kann sehr unterschiedlich sein!

#### Bleiben Sie solange in der Reichweite einer Toilette!

**Trinken dürfen Sie bis zwei Stunden vor der Untersuchung. Es sollten im Laufe des gesamten Abführprozesses mindestens 3 Liter Flüssigkeit sein.**

**Klare Brühe während der Vorbereitung ist erlaubt.**

#### Wichtig: Angemessene Hydrierung

Um das Risiko einer Austrocknung (Dehydrierung) zu vermeiden, **ist es sehr wichtig, dass Sie eine ausreichende Menge der erlaubten Flüssigkeiten zu sich nehmen.**

#### Folgende klare Flüssigkeiten dürfen Sie trinken:

Klare Flüssigkeiten wie Wasser, Tee oder Kaffee (ohne Milch oder Kaffeeweißer). Süßungsmittel sind erlaubt; kohlenstoffhaltige oder -freie Erfrischungsgetränke, gefilterte Fruchtsäfte ohne Fruchtfleisch (nicht rot oder purpurfarben), klare Suppen oder durchgeseibte Suppen ohne Feststoffe.

#### Folgende Flüssigkeiten dürfen Sie NICHT trinken:

Milch, rote oder purpurfarbene Flüssigkeiten, alkoholische Getränke, Fruchtsäfte oder Erfrischungsgetränke mit Fruchtfleisch.



## Zusätzliche Informationen

Sie haben einen Termin zur Darmspiegelung erhalten.  
Für diese Untersuchung ist die wichtigste Voraussetzung ein gründlich gereinigter Darm.  
Denn nur, wenn Ihr **Darm wirklich sauber** ist, können alle Einzelheiten erkannt werden. Dabei können Sie behilflich sein, wenn Sie sich an die nachfolgenden Empfehlungen halten:

### Hinweise zur Ernährung:

5 Tage vor der Untersuchung sollten Sie keine Lebensmittel wie

- Vollkornprodukte
- Müsli
- Rohkost
- Salate
- Spargel

zu sich nehmen.

Auch auf Früchte und Gemüse mit Kernen wie:

- Nüsse
- Kiwis
- Erdbeeren
- Tomaten
- Salatgurke
- Hülsenfrüchte

müssen Sie verzichten.

### Teilnahme am Straßenverkehr:

Auf Wunsch erhalten Sie während der Untersuchung ein Schlafmittel.

**Sie sind anschließend fahruntüchtig und dürfen für 12 Stunden nicht allein am Straßenverkehr teilnehmen. Sie müssen aus diesem Grunde dafür sorgen, dass Sie jemand aus der Praxis abholt oder Sie müssen auf eigene Kosten mit einem Taxi nach Hause fahren.**

### Einnahme Ihrer Medikamente:

Informieren Sie uns über die Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen. **Durch die Darmreinigung können Medikamente aus dem Darm herausgespült werden und damit unwirksam werden.**

Sollten Sie z.B. eine Antibaby-Pille einnehmen, beachten Sie bitte, dass es durch die Abführmaßnahmen zu einer ungenügsamen Wirksamkeit kommen kann!

Nehmen Sie die Pille aber weiterhin regelmäßig ein.