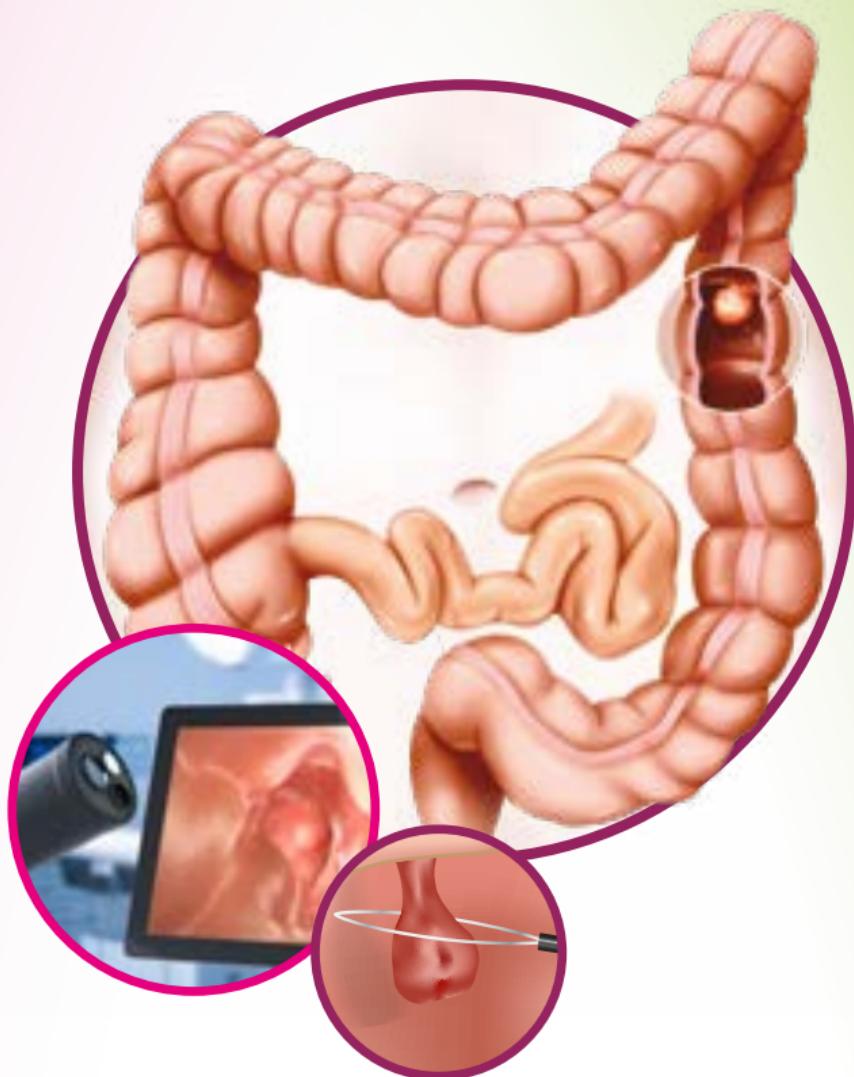


关于肠道准备的注意事项



定期进行结肠镜检查，预防结肠癌！

如果发现息肉并将其切除，下次预防性检查间隔时间会根据息肉的大小和数量相应缩短，通常从十年缩短至最多三年。这一点医生将与您详细讨论！

成功进行肠道清洁的重 要饮食注意事项

允许

检查前 1 天允许进食清淡低纤维食物，
例如：

- 全熟瘦肉（牛肉、羊肉、猪肉、鸡鸭肉）
- 鱼
- 米饭或面条
- 土豆（煎土豆、盐煮土豆、土豆泥）
- 大豆和豆腐
- 黄油/人造黄油
- 白面包
- 鸡蛋
- 酸奶
- 黄油饼干
- 奶酪



成功进行肠道清洁的饮水注意事项

透明液体，例如：

- 水
- 茶（菊花茶、生姜茶、薄荷茶、绿茶等）
- 软饮料/稀释糖浆
- 澄清果汁（不含果肉如菠萝汁、苹果汁等）
- 清汤





禁止

检查前 3 至 5 天开始避免食用带籽食物，
例如：

- 全谷物和杂粮（全谷物面包、谷物面包等）
- 油炸裹粉食品（炸猪排、裹粉埃曼塔尔奶酪等）
- 西红柿
- 辣椒
- 黄瓜
- 坚果
- 葡萄
- 覆盆子
- 黑莓
- 猕猴桃
- 甜瓜



肠道准备期间禁止饮用的饮品

- 红色或紫色饮料（例如：醋栗汁）
- 含果肉的饮料
- 酒精
- 牛奶



- 汤中不应含有面条、肉、鱼或蔬菜。

肠道准备期间的饮水注意事项

重要提示：从开始服用 PLENVU® 直到临床检查结束，请勿食用任何固体食物。

您可以在服用 PLENVU® 前后及期间饮用透明液体，以防止出现体液不足（脱水）。

- **交替饮用：**每服一口 PLENVU®，随即饮用一口其他透明液体。

- **服用时应分次间隔饮用：**切勿为“尽快喝完了事”而快速将溶液喝完。快速饮用完您会感到恶心不适。

重要提示：不要一次性喝完杯中溶液，而是要慢慢地一口一口地饮用，在 1 小时内喝完。



服用 PLENVU® 之前喝一杯温茶，来“预热”胃部，或在服用 PLENVU® 的间隙喝几口温茶。

搭配饮用苦味茶饮。如果您不喜欢太甜，可以尝试喝苦茶，例如绿茶、柠檬香蜂草茶、姜茶或柠檬茶。



建议冷藏后饮用 PLENVU®。这样味道会更淡（但请注意：切勿低于冷藏温度饮用 PLENVU®，否则可能会引起恶心）。



可以通过以下方式改善口感。在“喝水时间”您可以嚼口香糖、含服薄荷糖、柠檬片或橙子片。



用吸管或运动水壶饮用。这样就能避开味蕾敏感区！

重要提示：检查前 2 小时请勿饮用任何液体！

为何肠道清洁如此重要？

结肠镜检查之前必须进行肠道准备。这意味着肠道必须完全排空。因为只有在肠道完全排空的情况下，医生才能清楚地观察肠道黏膜。这可以确保医生能够识别出肠道内最微小的组织病变。

如要彻底清洁肠道，必须服用肠道清洁制剂，例如 PLENUV[®]。

当最后几次排便仅为澄清的淡黄色液体时，说明肠道清洁已达标。



结肠镜检查过程

结肠镜检查时，检查医生会将一根手指粗细、长约 1.2 至 1.8 米的结肠镜插入您的肠道。

结肠镜是一根细长可弯曲的软管，配有用于照明和图像传输的光纤电缆。这样，医生就能识别肠黏膜（肠道黏膜）上最微小的变化。

如今的结肠镜还配有视频芯片，以便您的医生和助手能够在屏幕上同步观察检查过程。您可以选择镇静麻醉方案，这样您就在结肠镜检查过程中处于睡眠状态，不会明显感知到检查时产生的压迫感。

为了实施“无痛结肠镜检查”，医生会在您的肘部静脉建立输液通道，并给您注射一种药物，使您进入“朦胧睡眠”状态。

您在结肠镜检查过程中以及检查后不会有任何不适感。一旦您进入“睡眠状态”，医生会通过肛门插入柔性内镜，对整个肠道进行检查。如果发现息肉，会将其切除。

检查大约需要 20-30 分钟。通常情况下，检查后约一小时您就可以回家。

如果未发现息肉，建议十年后再次接受结肠镜检查。



PLENVU®



PLENVU®, Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen

Zusammensetzung: Dosis 1: Macrogol 3350 100 g, Natriumsulfat 9 g, Natriumchlorid 2 g, Kaliumchlorid 1 g; Dosis 2: Beutel A enthält: Macrogol 3350 40 g, Natriumchlorid 3,2 g, Kaliumchlorid 1,2 g; Beutel B enthält: Ascorbinsäure 7,54 g, Natriumascorbat 48,11 g. **Sonstige Bestandteile:** Sucralose (E955), Aspartam (E951); Mango-Aroma enthält Glycerol (E422), Aromazubereitungen, Arabisches Gummi (E414), Maltodextrin (E1400) und natürliche Aromasubstanzen. Fruchtpunsch-Aroma enthält Aromazubereitungen, Arabisches Gummi (E414), Maltodextrin (E1400) und Aromasubstanzen. **Anwendungsbereiche:** Zur Darmvorbereitung vor klinischen Maßnahmen, die einen sauberen Darm erfordern. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 07/2025

Das verwendete Bildmaterial dient der Illustration des Einsatzzwecks.

Die abgebildeten Personen sind Models. PLENVU, NORGINE und das Norgine-Siegel sind eingetragene Marken der Norgine- Unternehmensgruppe.

Norgine GmbH, Im Westpark 14, D-35435 Wettenberg,

Internet: www.norgine.de, E-Mail: info@norgine.de

