

Sfaturi și trucuri cu privire la pregătirea intestinului



**Faceți colonoscopii regulate
pentru a preveni cancerul intestinal!**

Dacă sunt găsiți și îndepărtați polipii, timpul până la următoarea examinare de screening este redus de la zece la trei ani, în funcție de mărimea și numărul polipilor. Medicul dumneavoastră va discuta acest lucru cu dumneavoastră!

Sfaturi nutriționale importante pentru o curățare reușită a colonului

Permise

1 zi înainte de examinare alimente ușoare, sărace în fibre, precum de exemplu:

- carne slabă complet gătită (vită, miel, porc, pasăre)
- pește
- orez sau paste
- cartofi (cartofi prăjiți, cartofi fierți, piure de cartofi)
- soia și tofu
- unt/margarină
- pâine albă
- ouă
- iaurt
- biscuiți cu unt
- brânză



Sfaturi de băut pentru curățarea intestinală de succes

Lichide clare, cum ar fi:

- apă
- ceai (mușetel, ghimbir, mentă, verde, ...)
- băuturi răcoritoare/sirop diluat
- sucuri de fructe clare (fără pulpă, de exemplu, ananas, mere, ...)
- supă limpede



Nu este permis



**3 până la 5 zile înainte de examinare
fără alimente care conțin semințe, de ex:**

- produse din făină integrală și cereale (pâine integrală, pâine din cereale, ...)
- alimente pane (șnițel, cașcaval pane, ...)
- roșii
- ardei
- castraveți
- nuci
- struguri
- zmeură
- mure
- kiwi
- pepene galben



**Următoarele băuturi nu sunt permise
în timpul pregătirii intestinului**



- băuturi de culoare roșie sau violet (de exemplu, suc de coacăze negre)
- băuturi care conțin pulpă de fructe
- alcool
- lapte



- Supa nu trebuie să conțină tăiței, carne, pește sau legume.

Sfaturi de băut în timpul preparării intestinului

IMPORTANT: Nu mâncați **niciun aliment solid** de la începutul tratamentului cu PLENVU® până la sfârșitul examenului clinic.

Beți lichide clare înainte, în timpul și după administrarea de PLENVU® pentru a evita deshidratarea.

- **Beți alternativ o înghițitură de PLENVU® și o înghițitură dintr-un alt lichid clar.**
- **Faceți pauze în timpul consumului:** în niciun caz nu trebuie să beți soluția repede pentru a „termina cât mai repede”. Acest lucru vă poate face să vă simțiți rău.

IMPORTANT: Nu goliți paharul dintr-o singură înghițitură, ci **beți încet, înghițitură cu înghițitură, acordându-vă o oră pentru aceasta.**



Beți ceai cald înainte de PLENVU®, pentru a „preîncălzi” stomacul sau luați înghițituri de ceai cald între înghițiturile de PLENVU®.

Încorporați arome acrișoare. Dacă nu vă place prea dulce, puteți încerca să adăugați ceaiuri acidulate, cum ar fi ceai verde, ceai de roiniță, ceai de ghimbir sau ceai de lămâie.



Beți PLENVU® de preferință rece.

Acest lucru face ca aroma să fie mai puțin intensă (dar fiți atenți: nu beți PLENVU® la temperatura frigiderului, deoarece acest lucru ar putea provoca greață).



Asigurați o aromă plăcută. În timpul „pauzelor de băut”, puteți mesteca gumă, dulciuri mentolate sau sugeți felii de lămâie sau portocale.



Beți folosind paiul sau direct din sticla de băut. Astfel evitați gusturile neplăcute!

IMPORTANT: Nu mai consumați lichide cu cel puțin 2 ore înainte de examinare!

De ce este atât de importantă curățarea colonului?

Intestinul trebuie să fie pregătit înainte de colonoscopie. Aceasta înseamnă că trebuie golit complet. Acest lucru se datorează faptului că medicul are o vizibilitate bună asupra mucoasei intestinale numai dacă intestinul este complet gol. Are nevoie de acest lucru pentru a putea recunoaște chiar și micile modificări de țesut din intestin.

Pentru a curăța temeinic intestinul, este necesară administrarea unui preparat de curățare intestinală, cum ar fi PLENVU®.

Curățarea intestinului a fost reușită dacă ultimele scaune constau doar dintr-un lichid clar, de culoare gălbuie.



Procedura pentru o colonoscopie

În timpul unei colonoscopii, medicul examinator introduce în intestin un colonoscop de grosimea degetului, lung de aproximativ 1,2 până la 1,8 metri.

Colonoscopul este un tub lung și flexibil care are cabluri de fibră optică pentru iluminare și transmiterea imaginii. Acest lucru permite medicului să recunoască chiar și cele mai mici modificări ale mucoasei intestinale.

Colonoscoapele actuale au, de asemenea, un cip video, astfel încât medicul și asistentul dumneavoastră să poată urmări examinarea pe ecran. Aveți opțiunea de sedare, astfel încât să dormiți în timpul colonoscopiei și să nu fiți conștient de senzația de presiune care apare.

Pentru o „colonoscopie blândă”, se montează o branulă în plica cotului, iar dumneavoastră vi se administrează un medicament care vă induce un „somn superficial”.

Nu veți simți nimic în timpul sau după colonoscopie. Imediat ce ați „adormit”, întregul intestin este examinat prin anus cu ajutorul unui endoscop flexibil. Dacă sunt găsiți polipi, aceștia sunt îndepărtați.

Examinarea durează aproximativ 20-30 de minute. De obicei, puteți merge acasă după aproximativ o oră.

Dacă nu au fost găsiți polipi, următoarea colonoscopie ar trebui să aibă loc în zece ani.



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. **Anwendungsgebiete:** 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