

## Советы и рекомендации по подготовке кишечника



**Регулярно проходите колоноскопию,  
чтобы предотвратить рак толстой кишки!**

Если были обнаружены и удалены полипы, время до следующего профилактического обследования сокращается с десяти до, как правило, трех лет, в зависимости от размера и количества полипов. Ваш врач обсудит это с вами!

# Важные советы по питанию для успешного очищения кишечника

## Разрешается



**За 1 день до обследования легкая пища с низким содержанием клетчатки, например:**

- хорошо прожаренное постное мясо (говядина, баранина, свинина, птица)
- рыба
- рис или лапша
- картофель (жареный, вареный, пюре)
- соя и тофу
- масло/маргарин
- белый хлеб
- яйца
- йогурт
- сливочное печенье
- сыр



## Советы по употреблению питья для успешного очищения кишечника



**Прозрачная жидкость, например:**

- вода
- чай (ромашковый, имбирный, мятный, зеленый и т. д.)
- безалкогольные напитки/разбавленный сироп
- прозрачные фруктовые соки (без мякоти например, ананасовый, яблочный и т. д.)
- прозрачные супы



## Запрещается



Начиная с 3–5 дней до обследования запрещается употребление продуктов, содержащих семена, таких как:

- цельнозерновые и зерновые продукты (цельнозерновой хлеб, зерновой хлеб и т. д.)
- панированные продукты (шницель, панированный сыр Эмменталь и т. д.)
- помидоры
- сладкий перец
- огурцы
- орехи
- виноград
- малина
- ежевика
- киви
- дыня



Во время подготовки кишечника запрещены следующие напитки:



- напитки красного или фиолетового цвета (например, сок из черной смородины)
- напитки, содержащие фруктовую мякоть
- алкоголь
- молоко



- суп не должен содержать лапшу, мясо, рыбу или овощи.

# Советы по употреблению жидкости во время приема препарата для очищения кишечника

**ВАЖНО:** с начала приема препарата PLENVU® до завершения обследования не ешьте твердую пищу.

До, во время и после приема препарата PLENVU® пейте прозрачные жидкости, чтобы не допустить нехватки жидкости (дегидратации) в организме.

- По очереди пейте глоток PLENVU® и глоток другой прозрачной жидкости.
- **Делайте перерывы во время питья:** ни в коем случае не старайтесь быстро выпить раствор, чтобы «не мучиться долго». Это может вызвать тошноту.

**ВАЖНО:** никогда не выпивайте стакан «залпом», пейте глотками и медленно, выделите на это 1 час.



**Перед приемом PLENVU® выпейте теплый чай,** чтобы «разогреть» желудок или пейте глотками теплый чай между глотками PLENVU®.

**Добавьте горькие вкусы.** Если вы не любитель сладкого, можете попробовать горькие сорта чая, такие как зеленый чай, чай с мятой, имбирем или лимоном.



**Желательно пить препарат PLENVU® охлажденным.** Это сделает его вкус менее интенсивным (но будьте осторожны: не пейте PLENVU® при температуре ниже температуры холодильника, поскольку это может вызвать тошноту).



### **Обеспечьте приятный вкус.**

Во время перерывов в питье можно жевать жвачку, сосать ментоловые конфеты либо дольки лимона или апельсина.



**Пейте через соломинку или из бутылки для воды.** Это позволит обойти вкусовые рецепторы!

**ВАЖНО:** за 2 часа до обследования прекратите пить какую-либо жидкость!

## Почему так важно очищать кишечник?

Перед колоноскопией необходимо подготовить кишечник. Это значит, что его необходимо полностью опорожнить. Врач сможет хорошо видеть слизистую оболочку кишечника только при условии его полного опорожнения. Это необходимо для того, чтобы иметь возможность обнаружить даже незначительные изменения тканей кишечника.

Для тщательного очищения кишечника необходимо принимать соответствующий препарат, например, PLENVU®.

**Очищение кишечника считается успешным, если стул состоит только из прозрачной желтоватой жидкости.**



# Процедура колоноскопии

Во время колоноскопии врач вводит в ваш кишечник колоноскоп толщиной с палец и длиной примерно от 1,2 до 1,8 метра.

Колоноскоп представляет собой длинную гибкую трубку с оптоволоконным кабелем для освещения и передачи изображения. Этот прибор позволяет врачу обнаружить даже самые незначительные изменения слизистой оболочки кишечника.

Современные колоноскопы также оснащены видеочипом, чтобы врач и ассистент могли следить за ходом обследования на экране. Чтобы во время колоноскопии вы спали и не ощущали давления, может применяться седация.

При «щадящей колоноскопии» на сгибе руки устанавливается венозный доступ, и вам вводят лекарство, которое погружает вас в «поверхностный сон».

**Вы ничего не почувствуете во время и после колоноскопии.** Как только вы «заснете», с помощью гибкого эндоскопа, вводимого через анус, будет осмотрен весь кишечник. В случае обнаружения полипов их удаляют.

Обследование занимает около 20–30 минут. Как правило, вы можете пойти домой примерно через час.

Если полипы не были обнаружены, следующую колоноскопию следует провести через десять лет.



# PLENVU®



## Доза 1



## Доза 2



Перейти к видео  
по приготовлению

### 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](http://www.norgine.de), E-Mail: [info@norgine.de](mailto:info@norgine.de)



Stand der Information 06/2025,  
DE-GE-PLV-2500045\_RU, Art.-Nr. 8135