

Поради й рекомендації щодо підготовки кишечника



**Регулярно проходите колоноскопію,
щоб запобігти раку кишечника!**

Якщо було виявлено й видалено поліпи,
час до наступного скринінгового обстеження
зазвичай скорочується з десяти до трьох років,
залежно від розміру та кількості поліпів.
Ваш лікар обговорить це з вами!

Важливі вказівки щодо харчування для успішного очищення кишечника

Дозволяється

За 1 день перед обстеженням — легкозасвоювана їжа з низьким вмістом клітковини, як-от:

- ретельно проварене/просмажене нежирне м'ясо (яловичина, баранина, свинина, птиця);
- риба;
- рис або макарони;
- картопля (смажена, варена, картопляне пюре);
- соя та тофу;
- вершкове масло й маргарин;
- білий хліб;
- яйця;
- йогурт;
- здобне печиво;
- сир.



Вказівки щодо пиття для успішного очищення кишечника

Прозорі рідини, як-от:

- вода;
- чай (ромашковий, імбирний, м'ятний, зелений тощо);
- безалкогольні напої/розведений сироп;
- прозорі фруктові соки (без м'якоті, наприклад ананасовий, яблучний тощо);
- прозорий суп.

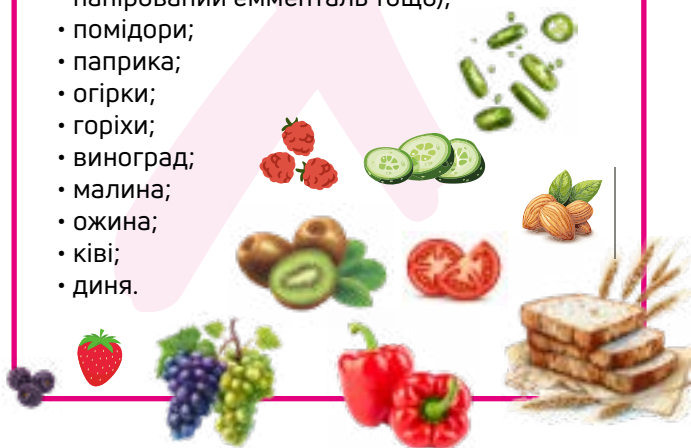


Не дозволяється



За 3–5 днів до обстеження — жодних продуктів, що містять зерна або кісточки, як-от:

- цільнозернові й зернові продукти (хліб із борошна грубого помелу, зерновий хліб тощо);
- паніровані харчові продукти (шніцель, панірований емменталь тощо);
- помідори;
- паприка;
- огірки;
- горіхи;
- виноград;
- малина;
- ожина;
- ківі;
- диня.



Під час підготовки кишечника не можна вживати такі напої:



- напої червоного або фіолетового кольору (наприклад, сік чорної смородини);
- напої, що містять фруктову м'якоть;
- алкоголь;
- молоко.



- Суп не повинен містити локшину, м'ясо, рибу або овочі.

Поради щодо пиття під час приймання препарату для підготовки кишечника

ВАЖЛИВО: від початку приймання PLENVU® до закінчення вашого клінічного обстеження не можна вживати жодну тверду їжу.

Пийте прозорі рідини до, під час і після приймання PLENVU®, щоб уникнути зневоднення (дегідратації).

- **Поперемінно пийте ковток препарату PLENVU® та ковток іншої прозорої рідини.**
- **Робіть перерви під час пиття:**
у жодному разі не потрібно пити розчин швидко, щоб «миттю впоратись із цим». Через це ви можете відчувати нудоту.

ВАЖЛИВО: спорожняйте склянку не за один раз, а **повільно, ковток за ковтком.** Виділіть собі на це **1 годину часу.**



Випийте теплий чай перед прийманням PLENVU®, щоб «розігріти» шлунок, або ж пийте ковтками теплий чай між ковтками препарату PLENVU®.

Додайте терпкі смакові нотки.

Якщо вам не подобається надто солодкий смак, можете спробувати пити терпкі сорти чаю, як-от зелений чай, чай із мелісою, імбирний або лимонний чай.



Пити препарат PLENVU® бажано охолодженим. Це робить смак менш інтенсивним (але будьте обережні: температура розчину PLENVU® не має бути нижчою, ніж температура в холодильнику, оскільки це може спричинити нудоту).



Попіклуйтеся про приємний смак.

Під час «перерв у питті» можна жувати жуйку, смоктати ментолові цукерки або скибочки лимона чи апельсина.



Пийте через соломинку або з пляжки.

Це дасть змогу обійти смакові рецептори!

ВАЖЛИВО: за 2 години до обстеження припинити вживання будь-якої рідини!

Чому очищення кишечника є таким важливим?

Перед колоноскопією необхідно підготувати кишечник. Це означає, що його потрібно повністю спорожнити. Це пов'язано з тим, що лікар добре бачить слизову оболонку кишечника, лише коли кишечник повністю порожній. Йому це потрібно для того, щоб мати змогу виявити навіть незначні зміни тканин у кишечнику.

Щоб ретельно очистити кишечник, необхідно приймати препарати для очищення кишечника, наприклад PLENVU®.

Очищення кишечника пройшло успішно, якщо останні випорожнення складаються лише з прозорої жовтуватої рідини.



Процедура проведення колоноскопії

Під час колоноскопії лікар вводить у ваш кишечник колоноскоп завтовшки з палець і довжиною приблизно від 1,2 до 1,8 метра.

Колоноскоп — це довга гнучка трубка, оснащена оптоволоконними кабелями для освітлення й передавання зображення. Він дає лікарю змогу виявити навіть найменші зміни слизової оболонки кишечника.

Крім того, сучасні колоноскопи мають відеочип, завдяки якому лікар і асистент можуть спостерігати за обстеженням на екрані. У вас є можливість отримати седацію, щоб під час колоноскопії ви спали й не відчували тиску, що виникає.

Для «щадної колоноскопії» здійснюють венозний доступ на згині руки та вводять препарат, який занурює вас у поверхневий наркоз.

Ви нічого не відчуєте ні під час, ні після колоноскопії. Щойно ви «заснете», увесь кишечник буде обстежено через анус за допомогою гнучкого ендоскопа. Якщо буде виявлено поліпи, їх видалять.

Обстеження триває приблизно 20–30 хвилин. Зазвичай можна йти додому приблизно через годину після обстеження.

Якщо поліпів не виявлено, наступну колоноскопію слід пройти через десять років.



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