

Wir sind auf deiner Seite.



Merkblatt Koloskopie

Infos rund um die Vorsorgeuntersuchung

Sie haben mit Ihrem Arzt gesprochen und einen Termin für eine Darmspiegelung vereinbart? Dann haben Sie sich für eine wichtige Vorsorgeuntersuchung entschieden.

So bereiten Sie sich auf die Untersuchung vor

In den Tagen vor der Koloskopie sollten Sie – um ein aussagekräftiges Ergebnis zu erhalten – Ihre Ernährung anpassen. Wir erklären Ihnen, was Sie bei der Vorbereitung beachten sollten.

- Starten Sie **3-5 Tage vor dem Termin** mit einer ballaststoff- und faserarmen Ernährung. Greifen Sie also zu Weißbrot, faserarmem Gemüse wie Karotten oder Zucchini, Eiern, magerem Fleisch, Fisch oder Joghurt. Meiden sollten Sie Vollkornbrot, quellende Nahrungsmittel wie Leinsamen oder Chia-Samen und Müsli. Tomaten, Weintrauben und Kiwis sollten Sie aufgrund ihrer Körnchen in dieser Zeit ebenfalls vom Speiseplan streichen.
- **1-2 Tage vorher** beginnen Sie – in Absprache mit Ihrem Arzt – mit der Einnahme eines abführenden Mittels. Verzichten Sie ab sofort auch auf Obst und Gemüse. Mageres Rindfleisch, Reis, Joghurt und Gemüsebrühe sind nun ideale Nahrungsmittel.
- **Am Vortag der Untersuchung** empfehlen wir ein leichtes Frühstück, zu Mittag zum Beispiel eine Brühe. Ab dem Nachmittag sollten Sie nun auf Essen verzichten. Trinken Sie ausreichend, idealerweise 2 bis 3 Liter. Neben Wasser sind auch Kaffee (ohne Milch) und Tee erlaubt.
- **Am Untersuchungstag** sollten Sie ebenfalls nichts essen und ausreichend trinken.

Das erwartet Sie während und nach der Untersuchung

- Die Untersuchung wird in der Regel als ambulante Behandlung durchgeführt – und dauert lediglich 20 bis 30 Minuten. Auf Wunsch können Sie sich ein Betäubungsmittel und ein Beruhigungsmittel verabreichen lassen. Das Beruhigungsmittel versetzt Sie in einen Dämmer Schlaf, sodass Sie von der Untersuchung nichts mitbekommen.
- Während der Untersuchung werden Blutdruck, Puls und ggf. die Sauerstoffsättigung im Blut überwacht. Das Beste: Der Arzt kann Ihnen direkt nach der Untersuchung mitteilen, ob alles in Ordnung ist.
- Nach der Untersuchung sollten Sie sich meist noch etwas ausruhen, vor allem, wenn Sie ein Beruhigungsmittel erhalten haben. Lassen Sie sich am besten abholen oder fahren Sie mit dem Taxi nach Hause. In der Regel dürfen Sie auch direkt nach der Untersuchung wieder wie gewohnt essen und trinken.