Patienteninformation

Vorbereitung zur Darmspiegelung mit *CitraFleet*® oder *Picoprep*®

Stand Okt. 2026

Sie haben einen Termin zu einer Darmspiegelung (Koloskopie) vereinbart. Dazu ist eine gründliche Reinigung des Darms notwendig. Nur ein vollständig gereinigter Darm sichert ein gutes und aussagefähiges Untersuchungsergebnis und verhindert ein Übersehen wichtiger Befunde (z.B. von Polypen).

Bitte lesen Sie diese Anleitung bereits 6 Tage vor der Einnahme des Medikaments sorgfältig durch!

Ernährungsumstellung:

Ab Tag 5 vor der Untersuchung

- keine Lebensmittel, die Körner enthalten (Müsli, Körnerbot, Vollkornbrot)
- keine Samen oder Schalen (keine Obst- und Gemüsesorten, bei den Schalen, Häute oder Kerne nicht entfernt werden können – z.B. Tomaten, Gurken, Trauben, Kiwis, Zitrusfrüchte, Beeren)

Ab Tag 2-3 vor der Untersuchung

- keine schwerverdaulichen Lebensmittel (Blattsalate, Paprika, Pilze, Zwiebeln, Lauch, Knoblauch, Kürbis, Hülsenfrüchte, Spinat, Spargel, gebratenes Fleisch, Eierspeisen)
- ***Erlaubt sind:*** Mageres gedünstetes Fleisch, Fisch, Reis, Nudeln, Kartoffeln

Der Tag vor der Untersuchung

- **Ein leichtes Frühstück ist erlaubt:** ballaststoffarme Nahrung (helles Brot + Geflügelwurst), Zwieback, Joghurt ohne Stücke, heller Tee, klare Säfte (ohne Fruchtfleisch), stilles Wasser
- **Nicht erlaubt:** Kaffee, schwarzer Tee, trüber Fruchtsaft, Milch, rote und mit Kohlensäure versetzte Getränke
- **Mittagessen:** am besten klare Brühe 125 ml **danach dürfen Sie bis zur Untersuchung nichts mehr essen (aber noch Klares trinken) !**

Herstellung der Trinklösung und Trinkvorgang:

Bei *CitraFleet*® handelt es sich um ein nach Zitronen schmeckendes und riechendes Pulver. Es ist eine Mischung aus zwei verschiedenen Abführmitteln, die nach Auflösung in Wasser getrunken wird und dann den Darm gründlich entleert und reinigt. Die Packung enthält **zwei Beutel**, die in **jeweils 150 ml kaltem Wasser** aufgelöst werden. Die Darmreinigung mit *CitraFleet/Picoprep*® erfolgt in **2 Durchgängen**, d.h. die Beutel werden zu unterschiedlichen Zeiten eingenommen:

1. **Portion am Vorabend der Untersuchung und**
2. **Portion am Morgen bzw. 4 Stunden vor der Untersuchung**

Am Tag vor der Untersuchung ca. 17:00: 1 Beutel *CitraFleet/Picoprep* ® mit 150 ml kaltem Wasser mischen, 2-3 Minuten umrühren! Die Lösung kann sich auch erwärmen, bitte warten Sie bis die Flüssigkeit abgekühlt ist, dann trinken Sie dieses 1 Glas *CitraFleet/Picoprep*® (150 ml) und warten Sie 30 Minuten ab (= ½ Std. Trinkpause). Dann beginnen Sie, über einen Zeitraum von 4 Stunden 1,5 - 2 Liter einer hellen, klaren Flüssigkeit (heller Tee, klare Säfte ohne Fruchtfleisch, Elektrolytlösungen, stilles Wasser) portionsweise, z.B. alle 30 Minuten 250 ml zu trinken.
(siehe auch PDF Trink-Kontrollplan)

Halten Sie sich in der Nähe einer Toilette auf: Die Spüllösung wirkt stark abführend und führt normalerweise innerhalb kurzer Zeit zu häufigem, durchfälligem Stuhlgang. Die letzten Stuhlentleerungen sollten gelblich-klar und ganz flüssig sein (wie Kamillentee)!

Am Tag der Untersuchung, trinken Sie bitte **5 Stunden vor der Untersuchung:** Dafür bereiten Sie sich den **zweiten Beutel** *CitraFleet/Picoprep*® zu. (s.o.) **Wichtig: Sie dürfen nicht Frühstücken!** Trinken Sie dieses 1 Glas *CitraFleet/Picoprep*® (150 ml) und warten Sie 30 Minuten ab. (= ½ Std. Trinkpause). Anschließend trinken Sie **bis 2 Stunden** vor der Untersuchung mindestens 2 Liter portionsweise 250 ml klare Flüssigkeit z.B. heller Tee, klare Säfte ohne Fruchtfleisch, Elektrolytlösungen, stilles Wasser. (siehe auch PDF Trink-Kontrollplan)
Wenn eben möglich nehmen Sie zusätzliche klare Getränke zur Verbesserung des Spüleffektes zu sich: Je mehr desto besser.

Ab 2 Stunden vor dem Termin: Absolutes Stopp. Ab jetzt ist kein Trinken mehr erlaubt. Auch Kaugummikauen, Bonbonlutschen und Rauchen sind ab diesem Zeitpunkt untersagt.
Bei Kombination Magen- und Darmspiegelung gilt diese Regel für 3 Stunden vor dem Termin!

Wichtige Hinweise

- Denken Sie bitte daran: falls Sie bei der Untersuchung ein Medikament zum Schlafen („Kurznarkose“) erhalten möchten, müssen Sie für die anschließende Heimfahrt einen Abholer organisieren! Gerne rufen wir Ihnen ein Taxi. Die selbstständige Teilnahme am Straßenverkehr ist **nicht** möglich, auch **nicht** als Fußgänger, Radfahrer oder ohne Begleitung mit öffentlichen Verkehrsmitteln.
- Die Einnahme von **ASS-Präparaten** ist für die Untersuchung akzeptabel. Patienten, die andere **gerinnungshemmenden Medikamente** einnehmen, sollten dieses beim Vorgespräch mitteilen.
- Es ist zu beachten, dass durch die Abführmittel die Wirkung anderer Medikamente (z.B. Antibabypille, Herz-Kreislauf-Medikamente) nur unzureichend gewährleistet ist. Wir empfehlen die Einnahme dieser Medikamente nicht während des Trinkvorganges, sondern nach dem Abführen (mit einem Schluck Wasser auch kurz vor der Endoskopie möglich).

Bitte bringen Sie für Ihren Aufenthalt im Ruheraum eine Wolldecke mit!

Das Team des End- und Dickdarmzentrums