Patienteninformation

Vorbereitung zur Darmspiegelung mit *Plenvu*®

Stand 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:
PLENVU® ist eine auf Macrogol + Ascorbinsäure basierte Darmvorbereitung im 1-Liter-Volumen mit zusätzlicher Einnahme von mindestens 0,5 Liter je Dosis frei wählbarer klarer Flüssigkeit, die für die Reinigung Ihres Darms vor einer geplanten Koloskopie entwickelt wurde. **Dosis 1 besteht aus einem Beutel** und schmeckt nach Mango, **Dosis 2 besteht aus zwei Beuteln** und schmeckt nach Frucht-Punsch. In Wasser aufgelöst und getrunken spült es Ihren Darm sauber.
(Quelle: https://plenvu.de/plenvu)

Wir empfehlen, die Einnahme auf 2 Portionen zu verteilen:

1. **Portion am Vorabend der Untersuchung und**
2. **Portion am Morgen bzw. mindestens 3 Stunden vor der Untersuchung**

Am Tag vor der Untersuchung ca. 17:00-18:00 Uhr: Nehmen Sie Dosis 1 (großer Beutel), geben das Pulver in ein großes Gefäß und füllen Sie mit es Leitungswasser auf einen halben Liter (500 ml) auf und rühren Sie es um, bis sich das Pulver komplett aufgelöst hat. Trinken Sie die Flüssigkeit glasweise alle 10-15 Minuten, aber innerhalb von 60 Minuten. **Wichtig:** Trinken Sie in den 30 Minuten danach einen weiteren halben Liter (500 ml) Flüssigkeit (heller Tee, klare Säfte (ohne Fruchtfleisch), stilles Wasser ***TIPP:*** Zitronenscheiben vor dem Trinken lutschen. Wenn möglich nehmen Sie zusätzliche klare Getränke zur Verbesserung des Spüleffektes zu sich: Je mehr desto besser.

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 **3 Stunden bevor Sie das Haus verlassen, um in unsere Praxis zu kommen:** Füllen Sie Dosis 2 (Beutel A+B) in ein großes Gefäß und füllen Sie mit es Leitungswasser auf einen halben Liter (500 ml) auf und rühren Sie es um, bis sich das Pulver komplett aufgelöst hat. Trinken Sie die Flüssigkeit glasweise alle 10-15 Minuten, aber innerhalb von 60 Minuten. **Wichtig:** Trinken Sie in den 60 Minuten danach einen weiteren halben Liter (500 ml) Flüssigkeit (heller Tee, klare Säfte (ohne Fruchtfleisch), stilles Wasser ***TIPP:*** Zitronenscheiben vor dem Trinken lutschen. Wenn 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