

Tarmtømming før koloskopi

Kjøp reseptfrie tarmtømmingsmidler på apotek: **Toilax eller Dulcolax** tabletter 4 stk + 1 pakke **Picoprep eller Citrafleet**. Det er meget viktig at du følger anvisningen nedenfor !

Hvis tarmen ikke er helt ren kan det medføre at du må komme tilbake og ta hele undersøkelsen på nytt.

- Toilax/Dulcolax skal tas 2 siste kveldene før undersøkelsen.
- Picoprep/Citrafleet skal tas kvelden før og samme morgen som undersøkelsen, 4-6 t før timeavtalen.

Det tar det som regel 3-4 timer fra første dose Picoprep/Citrafleet til tømmingseffekten er maksimal (raskere hos dem som ellers er plaget med diare/løs avføring, og senere hos de med treg mage). Korter tid til maksimal tømningseffekt etter andre dose.

For å oppnå best mulig effekt med CitraFleet / Picoprep bør du også drikke minst 3 liter klar drikke*. At du tilfører mye klar drikke under tarmtømmingen er avgjørende for et godt resultat.

***Klar drikke** = Vann, saft, juice uten fruktkjøtt, sportsdrikke, brus, te eller svart kaffe (uten fløte eller melk), buljong eller klare supper.

ANVISNINGER :

- **Om kvelden siste 2 dager før undersøkelsen:** Ta 2 tabletter Toilax før sengetid

- **Dagen før undersøkelsen:**

1. Evt en LITEN frokost (kl. 08.00-09.00) Deretter kun drikke klare væsker frem til undersøkelsen

2. Første dose Citrafleet /Picoprep Kl.20.00

3. Andre dose 2 tabl
Toilax/Dulcolax før sengetid



Bare klare drikker er tillatt, drikk så mye du vil, minst et glass. Forsøk å få i deg både salt og sukker gjennom de klare drikkene. Kombiner gjerne saft, klar suppe og buljong.

1 dosepose + 1,5 dl vann. Bland i 2-3 min. Blir løsningen varm, la den kjøle, drikk siden alt sammen. Drikk deretter 2 glass klar drikke.

VIKTIG! Fram til neste dose: Drikk tilsammen minst 5 glass (a 250 ml) klar drikke frem til sengetid. Dette for å kompensere for væsketapet og for at resultatet skal blir så bra som mulig. Ta 2 Toilax tabletter om kvelden.

- **Samme dag som undersøkelsen**

3. Andre dose
Citrafleet / Picoprep:
4 – 6 timer tidspunktet
for undersøkelsen



1 dosepose + 1,5 dl vann. Bland i 2-3 min. Blir løsningen varm, la den kjøle, drikk siden alt sammen. Drikk deretter 2 glass klar drikke. Ingen fast føde er tillatt før etter undersøkelsen !

For eksempel: Hvis du har time til koloskopi kl.09 skal du ta Citrafleet/Picoprep kl. 05 om morgenen.

VIKTIG! Fram til undersøkelsen: Drikk til sammen minst 3 glass (a 250 ml)

DRIKKELISTE Klare drikker :

Glass nr.1 (250 ml) kl. _____
Glass nr.2 (250 ml) kl. _____
Glass nr.3(250 ml) kl. _____
Glass nr.4 (250 ml) kl. _____
Glass nr.5 (250 ml) kl. _____
Glass nr.6 (250 ml) kl. _____

Glass nr.7 (250 ml) kl. _____
Glass nr.8 (250 ml) kl. _____
Glass nr.9 (250 ml) kl. _____
Glass nr.10 (250 ml) kl. _____
Glass nr.11 (250 ml) kl. _____
Glass nr.12 (250 ml) kl. _____

NB: HVIS DU ER PLAGET MED TREG MAGE/FORSTOPPELSE bør du begynne tarmtømmingen tidligere : Kun flytende føde siste 2 dager før undersøkelsen. I tillegg bør du ta 2 tabletter Toilax (reseptfritt på apotek) siste 3 KVELDER FØR du skal tømme tarmen med Citrafleet / Picoprep