



Informatie voor patiënten

Vorbereiding Darmonderzoek

Met laxeermiddel Pleinvue

Binnenkort krijgt u een coloscopie. Dit is een onderzoek waarbij de arts de binnenkant van de darm bekijkt met een dunne, flexibele buis (coloscoop) waarop aan het eind een cameraatje zit. Om eventuele afwijkingen goed te kunnen zien is het heel belangrijk dat uw darm zo leeg en schoon mogelijk is. Dat doet u door een dieet te volgen en uw darm te laxeren met het middel Pleinvue dat u krijgt/heeft gekregen via de apotheek. In deze folder vertellen wij u meer over deze voorbereiding.

Lees deze een paar dagen voor het onderzoek rustig door zodat u goed weet wat u moet doen. Is uw darm namelijk niet schoon genoeg, dan kan het onderzoek niet doorgaan en moet deze worden uitgesteld naar een later moment.

Stappenplan voorbereiding

3 dagen voor het onderzoek

Drie dagen voor het onderzoek start u met een vezelarm dieet. Om de coloscoop, waarmee het onderzoek wordt gedaan, niet te verstoppert, is het belangrijk dat u vanaf dan ook geen pitten, noten of zaden meer eet. Wat u wel en niet kunt eten, geven wij aan in [figuur 2 op pagina 2](#).

1 dag voor het onderzoek

Begin de dag voor uw onderzoek met een licht ontbijt, bijv. twee beschuitjes of een witte of lichte boterham met beleg. U mag hierbij een kop thee drinken. Heeft u hierna nog dorst, drink dan alleen heldere vloeistoffen. In [figuur 1](#) staan aangegeven welke dat zijn.

- 1 Tussen het ontbijt en de lunch mag u een vezelarm tussendoortje, zoals een croissant, beschuitje of wit bolletje.
- 2 Tussen 12:00 en 13:00 uur 's middags mag u een laatste, lichte maaltijd eten, bijv. 2 beschuitjes of een witte of lichte boterham met beleg (geen zuivel). U mag hierbij heldere dranken drinken ([figuur 1](#)).

Uitzondering: is uw onderzoek gepland op een tijdstip ná 17.00 uur, dan mag u tot 20:00 uur een laatste, lichte maaltijd van deze dag eten.

- 3 Na deze lichte maaltijd mag u niets meer eten tot na het onderzoek. Drink vanaf nu alleen nog maar heldere dranken. Hoe meer u drinkt, hoe schoner de darm.
- 4 Afhankelijk van het tijdstip van uw onderzoek, start u de avond vóór de dag van het onderzoek of op de dag van het onderzoek zelf met de eerste laxeedosis Pleinvue. Dit hangt af van het tijdstip van het onderzoek. Hoe dat in zijn werk gaat leest u op [pagina 4](#).

Figuur 1. Heldere drank (1 dag vóór onderzoek)

-  **Toegestaan:**
- ✓ Water
 - ✓ Heldere sportdranken (bijv. Aquarius)
 - ✓ Heldere vruchtensappen zonder pulp
 - ✓ Heldere thee
 - ✓ Heldere bouillon (gezeefd)
 - ✓ Koffie (maximaal één kopje zonder melk)

-  **Niet toegestaan:**
- ✗ Koolzuurhoudende dranken
 - ✗ Melkproducten
 - ✗ Rode vruchtensappen met vruchtvlees
 - ✗ Alcohol

Figuur 2. Het vezelarm dieet (3 dagen vóór onderzoek)

✓ Wat mag u wél eten?

- ✓ **Vezelarme graanproducten:**
beschuit of naturel toast, wit of lichtbruin brood zonder pitjes, margarine of boter, witte rijst, pasta.
- ✓ **Vezelarm broodbeleg:**
chocoladepasta, eieren (gekookt of gebakken), hagelslag, honing of stroop, jam (zonder pitjes of stukjes fruit), kaas, magere vleeswaren (beenham, rosbief, kipfilet).
- ✓ **Vezelarm fruit:**
zacht rijp fruit of fruitconserven zonder pitjes, vezels of schil, appel- of vruchtenmoes, banaan.
- ✓ **Aardappelen en gaargekookte groente:**
wortelen, bloemkool, broccoli, witlof en aardappelen.
- ✓ **Vlees:**
alles soorten licht gebraden mager vlees, vleesvervangers, vis of kip zonder vel, runder- of kalfsgehakt.
- ✓ **Zuivel:**
pudding, vla, (plantaardige) yoghurt (zonder stukjes fruit).
- ✓ **Soep zonder groente**

✗ Wat mag u niet eten?

- ✗ **Volkoren graanproducten:**
bruin brood, volkoren brood en brood met zaden en pitten, meergranenpasta, zilvervliesrijst.
- ✗ **Vezelrijk broodbeleg:**
marmelade, jam mét stukjes fruit of pitjes, pindakaas.
- ✗ **Vezelrijk fruit:**
aardbeien, bramen, druiven, grapefruit, kiwi, sinaasappel, gedroogde vruchten, avocado.
- ✗ **Vezelrijke groenten:**
andijvie, asperges, bleekselderij, champignons, doperwten, knoflook, mais, paprika, prei, peulvruchten, rauwkost, snijbonen, spinazie, taugé, tomaten, ui, zuurkool.
- ✗ **Alle soorten noten, pinda's en zaden.**

Klik hier voor een uitgebreider overzicht van wat u wel/niet mag eten.

Laxeermiddel Pleinvue: leegspoelen van de darmen

Pleinvue is een drank die ervoor zorgt dat uw darmen leeggespoeld worden. In de verpakking van Pleinvue zitten 3 zakjes met poeder.

Dosis 1 bestaat uit 1 sachet

Dosis 2 bestaat uit 2 sachets (A en B)

LET OP: houdt u zich aan het schema in deze folder en dus niet aan het schema in de bijsluiter van de apotheek.

Opgelost is Pleinvue in de koelkast 24 uur houdbaar.

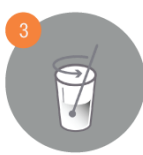
Bereidingswijze:



Schenk dosis 1 (groot) in een maatbeker.



Voeg 500 ml water toe.



Roer tot al het poeder opgelost is. Dit duurt 8 minuten.



Herhaal deze stappen voor dosis 2 (twee kleine zakjes) bij het 2e inname moment.

Wanneer is de voorbereiding klaar?

De voorbereiding is klaar wanneer uw ontlasting helder is na het drinken van alle Pleinvue en de heldere vloeistoffen (**zie figuur 4**). Is de ontlasting nog niet helder, neem dan vanaf 8:00 uur telefonisch contact op via 088-8884555. **Hiervoor is de medische spoedlijn (buiten kantoor tijden) niet bedoeld.**

Let op!

Na de inname van de eerste dosis Pleinvue kan uw ontlasting al helder zijn. Toch moet u bovenstaand schema helemaal afmaken, omdat de ontlasting 's nachts weer minder helder wordt door de voedingsresten en verteringssappen.

Figuur 4. Kleur ontlasting



Mogelijke bijwerkingen

U kunt na het drinken van Pleinvue misselijk worden, een opgeblazen gevoel, hoofdpijn en/of buikkramp krijgen. Dit is normaal. U mag voor deze klachten tot twee uur voor het onderzoek paracetamol innemen (max. 6x 500 mg per dag). Ook is het normaal dat u het koud krijgt en er kan wat irritatie rondom de anus ontstaan. **Let op: u mag uw anus voor het onderzoek niet insmeren met vette zalven zoals bijv. vaseline.**

Tips bij het drinken van Pleinvue:

- Drink Pleinvue langzaam en neem kleine slokjes. Dit voorkomt de kans dat u misselijk wordt.
- Drink Pleinvue gekoeld.
- Wissel het drinken van Pleinvue af met kleine slokjes van een andere heldere vloeistof, bijvoorbeeld thee, water of limonade.
- Eventueel kunt u een bidon met afsluitbare drinktuit gebruiken om te voorkomen dat u de vloeistof te snel inneemt, of gebruik een rietje.
- Om de smaak tussendoor weg te krijgen kunt u sorbitolvrije kauwgom gebruiken.
- Bij het laxeren moet u veel heldere drank drinken. Drink niet alleen maar water. Dit kan de zoutbalans in uw lichaam verstoren en zo tot gezondheidsproblemen leiden. Wissel het drinken van water af met bijvoorbeeld appelsap of bouillon.
- Blijf in beweging tijdens het laxeren.
- Als u misselijk bent, neem dan even een kleine pauze, en ga verder met drinken als de misselijkheid weer wat gezakt is of neem een kopje thee.
- Het is belangrijk dat u de instructies van deze PoliDirect folder volgt en niet die van de bijsluiter van de Pleinvue of Apotheek.

Zorgt u ervoor dat u 2 uur voor het onderzoek de Pleinvue en minimaal 1 liter heldere drank op heeft. De ontlasting moet hierna helder/geel van kleur zijn. Let op: 2 uur voor het onderzoek moet u nuchter zijn en mag u niets meer eten, drinken of roken.

Laxeerschema per tijdvak

Afhankelijk van het tijdstip van uw onderzoek volgt u één van de schema's op pagina 5 en 6. Er zijn 4 verschillende tijdvakken waarvoor het schema is gemaakt (zie rechts).

Als uw afspraak precies op de grens van een tijdvak zit, houdt u het vroegere tijdvak aan (bijv. afspraak is om 13:00, dan tijdvak 10:00-13:00 aanhouden).

Coloscopie tussen 8:00-10:00

Coloscopie tussen 10:00-13:00

Coloscopie tussen 13:00-17:00

Coloscopie ná 17:00

Checklist dag van het onderzoek:

- ✓ Trek gemakkelijke kleding aan (bij voorkeur een shirt met korte mouw)
- ✓ Neem voor de zekerheid schoon ondergoed mee
- ✓ Zorg dat u bij PoliDirect wordt opgehaald door iemand die u tot binnen in huis terug kan begeleiden (dus geen taxi)
- ✓ Neem de eerste 24 uur na het onderzoek niet zelfstandig deel aan het verkeer indien u een roesje of pijnstilling heeft gehad

Coloscopie tussen 8:00-10:00

Pleinvue dosis 1 Datum:	Op de dag vóór het onderzoek: - Tot 13:00 uur: mag u een licht ontbijt en een lichte lunch maaltijd. - Vanaf 13:00 uur mag u géén vast voedsel meer eten. Wel mag u heldere dranken blijven nuttigen. 18:00 – 19:30 uur: drink 500 ml Pleinvue, dosis 1, afwisselend met minimaal 1000 ml heldere dranken. Drink de Pleinvue rustig en met kleine slokjes op. Het is goed om hierna gedurende de avond naar behoefte te blijven drinken.
Pleinvue dosis 2 Datum:	Op de dag van het onderzoek: Tussen 05:00 – 06:30 uur: - Begin met een kop heldere drank (bijvoorbeeld groene thee) - Drink daarna 500 ml Pleinvue, dosis 2, afwisselend met minimaal 1000 ml heldere dranken. Drink de Pleinvue rustig en met kleine slokjes. - Blijf hierna naar behoefte drinken (uitsluitend heldere dranken) tot uiterlijk 2 uur voor het onderzoek.
Nuchter	Vanaf twee uur voor het tijdstip van het onderzoek blijft u nuchter. U mag dan niets meer drinken en niet meer roken. Nuchter vanaf: uur.

Coloscopie tussen 10:00-13:00

Pleinvue dosis 1 Datum:	Op de dag vóór het onderzoek: - Tot 13:00 uur: mag u een licht ontbijt en een lichte lunch maaltijd. - Vanaf 13:00 uur mag u géén vast voedsel meer eten. Wel mag u heldere dranken blijven nuttigen. 18:00 – 19:30 uur: drink 500 ml Pleinvue, dosis 1, afwisselend met minimaal 1000 ml heldere dranken. Drink de Pleinvue rustig en met kleine slokjes op. Het is goed om hierna gedurende de avond naar behoefte te blijven drinken.
Pleinvue dosis 2 Datum:	Op de dag van het onderzoek: Tussen 06:00 – 07:30 uur: - Begin met een kop heldere drank (bijvoorbeeld groene thee) - Drink daarna 500 ml Pleinvue, dosis 2, afwisselend met minimaal 1000 ml heldere dranken. Drink de Pleinvue rustig en met kleine slokjes. - Blijf hierna naar behoefte drinken (uitsluitend heldere dranken) tot uiterlijk 2 uur voor het onderzoek.
Nuchter	Vanaf twee uur voor het tijdstip van het onderzoek blijft u nuchter. U mag dan niets meer drinken en niet meer roken. Nuchter vanaf: uur.

Coloscopie tussen 13:00-17:00

Pleinvue dosis 1 Datum:	Op de dag vóór het onderzoek: - Tot 13:00 uur: mag u een licht ontbijt en een lichte lunch maaltijd. - Vanaf 13:00 uur mag u géén vast voedsel meer eten. Wel mag u heldere dranken blijven nuttigen. 18:00 – 19:30 uur: drink 500 ml Pleinvue, dosis 1, afwisselend met minimaal 1000 ml heldere dranken. Drink de Pleinvue rustig en met kleine slokjes op. Het is goed om hierna gedurende de avond naar behoefte te blijven drinken.
Pleinvue dosis 2 Datum:	Op de dag van het onderzoek: Tussen 09:00 – 10:30 uur: - Begin met een kop heldere drank (bijvoorbeeld groene thee) - Drink daarna 500 ml Pleinvue, dosis 2, afwisselend met minimaal 1000 ml heldere dranken. Drink de Pleinvue rustig en met kleine slokjes. - Blijf hierna naar behoefte drinken (uitsluitend heldere dranken) tot uiterlijk 2 uur voor het onderzoek.
Nuchter	Vanaf twee uur voor het tijdstip van het onderzoek blijft u nuchter. U mag dan niets meer drinken en niet meer roken. Nuchter vanaf: uur.

Coloscopie na 17:00

Pleinvue dosis 1 Datum:	Op de dag van het onderzoek: - Tot 7:00 uur: mag u een licht ontbijt. - Vanaf 7:00 uur mag u géén vast voedsel meer eten. Wel mag u heldere dranken blijven nuttigen. 07:00 – 8:30 uur: drink 500 ml Pleinvue, dosis 1, afwisselend met minimaal 1000 ml heldere dranken. Drink de Pleinvue rustig en met kleine slokjes op.
Pleinvue dosis 2 Datum:	Op de dag van het onderzoek: Tussen 13:00 – 14:30 uur: - Begin met een kop heldere drank (bijvoorbeeld groene thee) - Drink daarna 500 ml Pleinvue, dosis 2, afwisselend met minimaal 1000 ml heldere dranken. Drink de Pleinvue rustig en met kleine slokjes. - Blijf hierna naar behoefte drinken (uitsluitend heldere dranken) tot uiterlijk 2 uur voor het onderzoek.
Nuchter	Vanaf twee uur voor het tijdstip van het onderzoek blijft u nuchter. U mag dan niets meer drinken en niet meer roken. Nuchter vanaf: uur.

Aanvullende informatie

Medicatie en de anticonceptiepil

Gebruikt u medicatie? Neemt u die dan in direct na het drinken van de laatste drank, maar uiterlijk twee uur voor het onderzoek.

Let op:

- Vooral als u medicatie voor hoge bloeddruk gebruikt, is het belangrijk dat u deze gewoon inneemt voor het onderzoek
- Door het laxeren kunnen medicijnen minder goed werken. Houd daar rekening mee. Dat geldt ook voor de anticonceptiepil. Gebruik dus tot aan uw volgende menstruatie extra voorbehoedsmiddelen
- Bent u vanwege het gebruik van bloedverdunners onder controle bij de trombosedienst, overleg dan met hen wanneer u de bloedverdunner moet stoppen en na de scopie weer moet beginnen.

Diabetes

Heeft u diabetes en gebruikt u daarvoor tabletten of insuline?

- Bespreek met uw (huis)arts/diabetesverpleegkundige of uw medicatieschema moet worden aangepast
- Controleer uw bloedsuiker thuis, vóór het onderzoek nog een keer extra
- Neem uw insulinepen en bloedsuikermeter mee naar PoliDirect
- U krijgt bij ons een croissantje na het onderzoek, maar neem eventueel iets extra's te eten mee waarvan u weet dat het u helpt als uw bloedsuiker wat lager zou zijn

Roken

Vanaf twee uur voor het onderzoek mag u ook niet meer roken.

Uitslag van het onderzoek

Op de dag van het onderzoek wordt een datum voor een belafsprak ingepland met de arts om de uitslag te bespreken. Deze afspraak is 1 a 2 weken na het onderzoek. Voor deze afspraak wordt geen vast tijdstip afgesproken omdat de arts dit tijdens of na het programma van die dag doet. Bij drukte kan het voorkomen dat de arts na sluitingstijd van de kliniek nog belt.

Neem direct contact met ons op bij de volgende klachten:

- Ernstig bloedverlies (meer dan 1 kopje)
- Ernstige buikpijn;
- Aanhoudend braken;
- Plotselinge huiduitslag of jeuk;
- Kortademigheid;
- Zwelling van uw gezicht en/of tong.



Wij zijn bereikbaar via telefoonnummer **088 - 88 84 555**. (ma-vr 8:00-18:00)

Bij zéér dringende medische spoed kies optie 1.