

PLENVU

Vastagbéltükrözés/Vastagbél kapszula előtti napra vonatkozó (előző napi adagolási rend szerinti) alkalmazási útmutató

! FONTOS A PLENVU ÉS AZ ESPUMISAN KÉSZÍTMÉNYEK NEM VÉNYKÖTELESEK. !

Érdemes **előre megrendeltetni** a gyógyszerárban.

Mikor kell alkalmazni a PLENVU-T?

A **PLENVU** - amely egy béltisztításra szolgáló hashajtó készítmény - 1. és 2. adagjának (A és B tasak) bevétele a **vastagbéltükrözés előtti 24 órában a kezelőorvos által meghatározottak szerint** történjen. Ha a kezelőorvosa másként nem rendel az **1. adagot a vizsgálat előtti napon körülbelül 18:00 órakor vegye be. A két adag bevétele között minimum 4-5 órának kell eltelnie.**

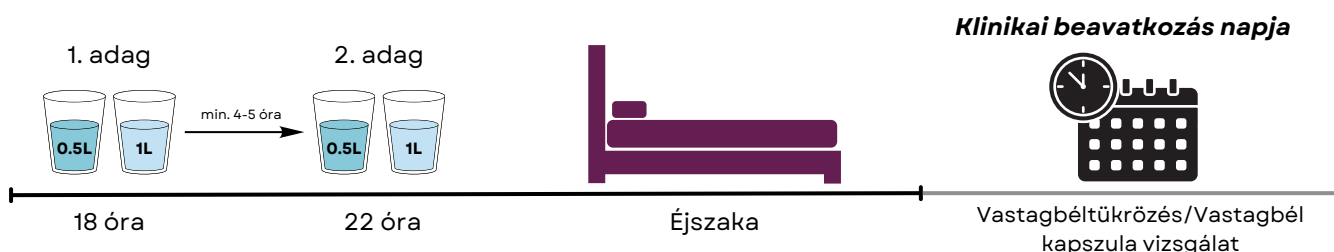
PLENVU adagolása

- 1 Ha a vizsgálat a reggeli órákban történik:** Vegye be az első tasak PLENVU port a **vizsgálatot megelőző napon délután (18:00 órakor)**, a második tasak tartalmát este, **4 óra elteltével (22:00 órakor)**.
- 2 Ha a vizsgálat napközben történik:** Vegye be az első tasak PLENVU port a **vizsgálatot megelőző napon este**, a második tasak tartalmát a **beavatkozás napjának reggelén**.

Fontos! A sikeres béltisztítás érdekében, valamint, hogy a beavatkozást ne kelljen megismételni, feltétlenül szükséges a fent meghatározott **folyadékmennyiség bevitele!**

A vastagbélnek teljesen tisztának kell lennie ahhoz, hogy a vastagbéltükrözés/vastagbél kapszula vizsgálat értékelhető és pontos legyen. Nem megfelelő előkészület esetén a legkorszerűbb technológia alkalmazása ellenére sem ismerhető fel az összes polip vagy daganat a vastagbélben.

1 Ha a vizsgálat a reggeli órákban történik: (8:00-12:00-ig)



PLENVU doboza 3 tasakot tartalmaz:

1. Adag (1 tasak) mangó ízesítésű

2. Adag (2 tasak A és B jelöléssel) gyümölcsponcs ízű

1 tasak

2A tasak

2B tasak

Hogyan készítse el és alkalmazza a béltisztító folyadékot?

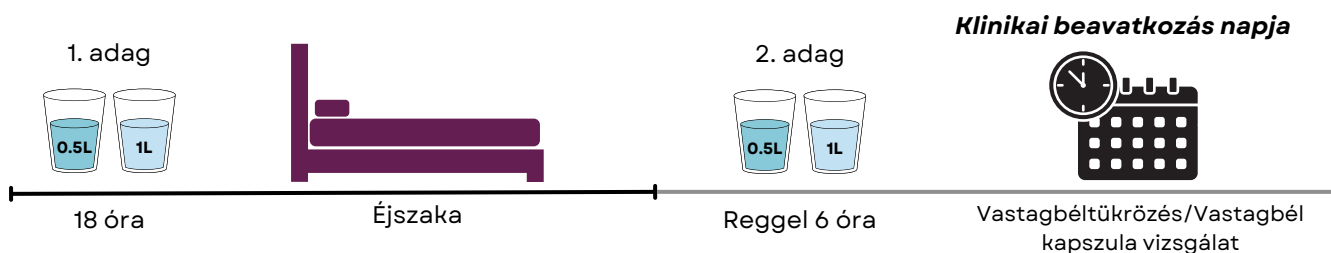
1.LÉPÉS: Nyissa ki a dobozt és vegye ki az 1. adag tasakját. Az 1. adag tasakjának a tartalmát töltsse egy kancsóba amelybe belefér 500 ml folyadék. Az 1. adag tasakjának a tartalmát oldja fel 500 ml vízzel, és keverje, amíg a por teljesen feloldódik. Ez körülbelül 8 percet vehet igénybe.

2.LÉPÉS: A kapott oldatot 30 perc alatt kell meginni, valamint a következő 60 percben további legalább 1000 ml tiszta folyadék (víz, tea, almalé, 0%-os citromos sör) és 40 csepp Espumisan oldat elfogyasztása javasolt.

3. LÉPÉS: A béltisztító 2. adagját (A és B tasak) az első adag bevételét követően legkorábban 4-5 órával később készítse el. A 2. adag A. és B. tasakjának tartalmát töltsse be ugyanabba a kancsóba és oldja fel 500 ml vízzel, és keverje, amíg a por teljesen feloldódik. Ez is körülbelül 8 percet vehet igénybe.

4. LÉPÉS: Az így készített oldatot 30 perc alatt kell meginni, valamint a következő 60 percben további legalább 1000 ml tiszta folyadék és 40 csepp Espumisan oldat elfogyasztása javasolt. (víz, tea, almalé, 0%-os citromos sör)

2 Ha a vizsgálat napközben/délután történik: (12:30-14:30-ig)



PLENVU doboza 3 tasakot tartalmaz:

1. Adag (1 tasak) mangó ízesítésű

2. Adag (2 tasak A és B jelöléssel) gyümölcsponcs ízű

1 tasak

2A tasak

2B tasak

Hogyan készítse el és alkalmazza a béltisztító folyadékot?

1.LÉPÉS: Nyissa ki a dobozt és vegye ki az 1. adag tasakját. Az 1. adag tasakjának a tartalmát töltsse egy kancsóba amelybe belefér 500 ml folyadék. Az 1. adag tasakjának a tartalmát oldja fel 500 ml vízzel, és keverje, amíg a por teljesen feloldódik. Ez körülbelül 8 percet vehet igénybe.

2.LÉPÉS: A kapott oldatot 30 perc alatt kell meginni, valamint a következő 60 percben további legalább 1000 ml tiszta folyadék (víz, tea, almálé, 0%-os citromos sör) és 40 csepp Espumisan oldat elfogyasztása javasolt.

3. LÉPÉS: A béltisztító 2. adagját (A és B tasak) az első adag bevitelét követően reggel ébredés után 5-6 óra környékén készítse el. A 2. adag A. és B. tasakjának tartalmát töltsse be ugyanabba a kancsóba és oldja fel 500 ml vízzel, és keverje, amíg a por teljesen feloldódik. Ez is körülbelül 8 percet vehet igénybe.

4. LÉPÉS: Az így készített oldatot 30 perc alatt kell meginni, valamint a következő 60 percben további legalább 1000 ml tiszta folyadék és 40 csepp Espumisan oldat elfogyasztása javasolt. (víz, tea, almálé, 0%-os citromos sör)

FONTOS! A TISZTA FOLYADÉK FOGYASZTÁSA HOZZÁJÁRUL A FOLYADÉKVESZTÉS

(kiszáradás) MEGELŐZÉSÉHEZ. További tiszta folyadékot ihat a Plenvu bevétele előtt közben és után. (Például: tiszta víz, citromos víz, szűrt almálé, 0%-os citromos sör)

ROSTSZEGÉNY ÉTKEZÉSI TANÁCSOK

a vizsgálatot megelőző 2-4 napon

A vizsgálatot megelőzően **4 napig** rostszegény: *nyers zöldségek, teljeskiörlésű pékárú, magas rosttartalmú gyümölcsök, gyümölcslevek pl: 100%-os narancslé kerülése*, magmentes étrend követése szükséges.

FOGYASZTHATÓ

Burgonya, édesburgonya héj nélkül - főzve, párolva
sárgarépa, petrezselyemgyökér, pasztinák - levesként, párolva, főzve, sütvé, grillezve
Főzőtök, cukkini - hámozva, pl. tökfőzelék csirkemellel és fehér rizzsel. Töltött cukkini/burgonya.
Hámozott kigyóuborka - saláta formájában is tiszta.
Zsenge zöldbab, zöldbabfőzelék, rakott zöldbab.
Zöldségleves.



ZÖLDSÉG

MELLŐZENDŐ

Héjat és magot tartalmazó zöldségek:

Szárazhüvelyesek: szárazbab, (vörös)lencse, csicseriborsó.

Padlizsán - apró magvak és a héja miatt.

Kukorica - csemegekukorica és pattogatott kukorica

Káposztafélék - különösen; kelbimbó, brokkoli, karfiol
zöldborsó, gomba, paradicsom, paprika és cékla.

FOGYASZTHATÓ

Hámozott: alma, körte, nektarin, őszibarack - akár kompót formájában is. **Banán**



GYÜMÖLCS

Aprómagvas és/vagy piros-lila gyümölcsök frissen/aszalva/fagyaszttva: **szőlő, kiwi, szeder, eper, málna, füge, ribiszke, áfonya, héjas gyümölcsök, ananász, aszalt gyümölcsök, héjas diófélék, olajos magvak** (dió, mandula, mogyoró, lenmag, mák, szezámmag). Piros színű lekvárok, dzsemek, aprómagvas lekvárok dzsemek.

fehér rizs, búzadara, kuskusz – főzve, párolva **finom lisztből/ durumlisztből készült száraztészták fehér kenyér, vizes zsemle, vajas kifli kukoricapehely, puffasztott fehér rizs**



GABONA

Magas rosttartalmú teljes kiőrlésű gabonafélék: müzli, granola, korpa, zabpehely, árpa/ gersli, barnarizs, vadrizs, hajdina, köles, bulgur, lenmag. **Teljeskiőrlésű/ Graham/ korpás/zabpehelyes/magos/szénhidrátcsökkentett kenyerek és péksütemények, teljes kiőrlésű lisztből készült száraztészták, szárazhüvelyesekből készült száraztészták,** (pl.: csicszeriborsólisztből készült tészta).

Natúr joghurt, görög joghurt, kefir, aludttej, író, mazsola nélküli vaníliás krémtúró, banános joghurt, túró, túrókrém, körözött, cottage cheese, sajtok, sajtkrém, tejföl, tejszín



TEJ, TEJTERMÉK

Aprómagvas gyümölcsöket tartalmazó gyümölcsjoghurtok, ívoghurtok, piros gyümölcsöket tartalmazó joghurtok, kakaós tej, karamellás tej.

Főtt tojás, lágytojás, tükörtojás, bugyantott tojás.



TOJÁS

Nyers tojás és ezeket tartalmazó ételek – colonoscopiától függetlenül, élelmiszer-biztonsági szempontból nem javasoltak. **Gombás/hagymás/lecsós tojás.**

Főtt/párolt **fehér húsok** (csirkemell, pulykamell, nyúl) roston hal, csirkemell-/pulykamellsonka, almás vagdalt, sárgarépas húsgolyó, natúr csirke-/pulykamellsonka. **Erőleves, csontleves** – benne főtt hússal



HÚS, HAL, HÚSKÉSZÍTMÉNY

Véres hurka, tatár beefsteak, vörös húsok (steak, borjú, marha, sertés), vörös húsból készült húskészítmények: **szalámi, májas, felvágottak belsőségei** (pl.: máj májas hurka).

Vaniliapuding tejjel vagy növényi tejtállal, **vaníliafagylalt.** Nem rostos kekszek (**háztartási keksz**), **piskóta, piskótatekerics, rizsfelfújt és tejberizs** – mazsola nélkül. **Gumicukor, méz, almás rétes**



ÉDESSÉG

Gyümölcsök magját tartalmazó teljes kiőrlésű lisztből/maglisztekből készült édességek, kekszek, sütemények, müzliszelet, kókuszos édességek.

Vaj, margarin, növényi olajok, majonéz, magmentes salátaöntetek.



ZSÍRADÉK

Magvakat tartalmazó kenőzsiradékok (pl.: magvas margarin, magkrémek).

Szűrt almalé, szűrt fehér szőlőlé, víz, rostmentes tápszer.



FOLYADÉK

Céklalé, rostos gyümölcslevek, rostos smoothiek, **piros vagy sötét színű italok, gyümölcslevek:** vörösbor, feketeszeder/ áfonya/gránátalmalé, piros szőlő leve, kóla stb.

ÉTKEZÉSI TANÁCSOK

a vizsgálatot megelőző 1-2 napon

A vizsgálat előtti 2 nappal a nap folyamán igyon meg **1 dl** hunyadi vagy egyéb keserű sós vizet.

A vizsgálat előtti napon egy könnyű reggeli még elfogyasztható (*lásd fogyasztható ételek*) azonban ezt követően már csak rostmentes folyadékot vigyen be (*pl. víz, tea, szűrt almalé, leves alaplé*) **körülbelül 4-6 liter mennyiségben.**



FOGYASZTHATÓ ÉTELEK:

(a vizsgálat előtti nap reggelén **KIS mennyiségben**)

- Sovány tej
- Zsírtmentes joghurt
- Vaj (csak kis mennyiségben)
- Lágy vagy kemény sajt
- Friss vagy piritott fehér kenyér
- Nem teljes kiőrlésű keksz
- Házi húsleves leve (zöldség és hús nélkül)
- Gyógyszertárban kapható (folyékony) tápszer
- Tojás
- Szűrt gyümölcslé

VIZSGÁLAT NAPJA

Amennyiben az Ön vizsgálata **napközben vagy délután kerül** sorra, a reggel 6:00 órakor kiadott beltisztító oldatot és további 1000 ml vizet még elfogyaszthatja. **Fontos** azonban, hogy ezt követően már **ne fogyasszon semmilyen folyadékot a vizsgálat megkezdéséig.**

Azok a páciensek, akiknek a vizsgálata **reggeli órákban történik**, a vizsgálat előtti időszakban semmilyen folyadékot nem ihatnak. Ezzel biztosítjuk, hogy a vizsgálat a lehető legpontosabb eredményeket hozza, és az Ön egészsége a legnagyobb biztonságban legyen.

A vizsgálat reggelén vérnyomáscsökkentő és rendszeres pszichiátriai gyógyszereit 1-2 korty szénsavmentes vízzel vegye be, ezen kívül a vizsgálatig nem ihat.

Amennyiben vérhígító készítményt szed, vagy pacemakere van kérjük vegye fel a kapcsolatot munkatársainkkal a vizsgálatot megelőzően!