

# Vorbereiding endoscopisch onderzoek met Picoprep

Uw onderzoek tussen 08:00 en 12:30 uur.

colonoscopie / sigmoïdoscopie / gecombineerde gastro- en colonoscopie

## Vanaf twee dagen voor het onderzoek

Eet vanaf twee dagen voorafgaand aan het onderzoek geen brood of fruit met vezels/pitjes/zaden (zie "vezelbeperkt dieet"). Deze bestanddelen kunnen de endoscoop verstoppen. U blijft dit dieet volgen tot het onderzoek.

## De dag voor het onderzoek

- Tussen 17:00 en 18:00 uur mag u een laatste lichte en/of vloeibare maaltijd gebruiken, wederom zonder vezels/pitjes/zaden. Daarna mag u niets meer eten tot het onderzoek. U mag wel heldere vloeistoffen\* drinken.
- Om 19:00 uur lost u 1 zakje Picoprep® op in 150 ml water en drinkt u deze oplossing op.
- Tussen 19:00 en 21:00 uur drinkt u 2 liter heldere vloeistof. Neem als heldere vloeistof in ieder geval 1x een heldere bouillon.

\*Heldere vloeistoffen: water, appelsap, wit druivensap, thee, ice tea, bouillon (van tablet), heldere sportdrink.

## De dag waarop het onderzoek plaats vindt

- U mag geen ontbijt nuttigen.
- Om 05:30 uur lost u het tweede zakje Picoprep® op in 150 ml water en drinkt u deze oplossing op.
- Tussen 05:30 en 07:30 uur drinkt u 1 ½ tot 2 liter heldere vloeistof. Neem als heldere vloeistof in ieder geval 1x een heldere bouillon.
- Mocht uw ontlasting nog niet veranderd zijn in een gelige vloeistof, dan mag u nog een liter extra heldere vloeistof drinken (maar niet alleen maar water!). U mag heldere vloeistof drinken tot 2 uur voor het onderzoek.

Let op: alleen indien het onderzoek plaatsvindt om 8:30 uur, moet u nuchter zijn vanaf 6:30 uur en moet u vóór dit tijdstip alle vloeistof hebben opgedronken.



Te donker  
Te troebel  
Niet OK



Licht oranje  
Bijna helder  
Nog niet OK



Geel en helder  
Ziet er zo uit  
OK, Dit is prima

# Vezelbeperkt dieet

Twee dagen voorafgaand aan uw onderzoek start u met het vezelbeperkt dieet. Dit betekent dat u bepaalde vezelrijke voedingsbestanddelen niet mag eten. Er zijn veel voedingsmiddelen die niet vezelrijk zijn en die u dus wel mag eten tijdens de voorbereiding.

Wanneer u bent gestart met de voorbereidingsvloeistof mag u niet meer eten. Alleen het drinken van heldere vloeistoffen is dan toegestaan.

## Wat mag u niet eten?

- Brood en graanproducten: bruin-, volkoren- en roggebrood, volkoren ontbijtproducten, tarwe- en maiszemelen, muesli, volkoren- en meergranenpasta's, havermoutpap, zilvervliesrijst, meergranenrijst.
- Beleg: pindakaas, marmelade, jam met stukjes fruit, sandwichspread.
- Groenten en fruit: vezelige groenten, prei, paprika, tomaat, erwten, rauwkost, alle soorten fruit, inclusief gedroogd fruit.
- Desserts: vruchtenkwark of vruchtenyoghurt.
- Soepen: gebonden soepen (o.a. erwtensoep, linzensoep, bonensoep, goulashsoep, champignonsoep).
- Dranken: rood- en paars gekleurde dranken, ontbijtdrank.
- Tussendoortjes: noten, pinda's, popcorn, meergranenkoekjes, sultana, evergreen, rozijntjes, gedroogd fruit.
- Smaakmakers: knoflook, ui, zonnebloempitten, pijnboompitten, sesamzaadjes.

## Wat mag u wel eten?

- Brood en graanproducten: wit brood, witte broodjes, beschuit of toast (naturel), ontbijtkoek (naturel), witte rijst, pasta, spaghetti, macaroni, aardappelen, aardappelpuree, pannenkoeken (naturel), custardpap, rijstebloempap.
- Beleg: boter, halvarine en margarine, kaas, vleeswaren, vis, jam zonder stukjes en pitjes, stroop, hagelslag, chocoladepasta, eieren, honing, suiker.
- Groenten en fruit: gaar gekookte groenten als wortelen, bloemkool, broccoli, witlof. Appelmoes, zacht fruit uit blik (zonder pitjes, vezels of schil).
- Vlees, vis en gevogelte: alle soorten vlees, vis en kip.
- Desserts: vla, pudding, kwark of yoghurt (zonder stukjes).
- Soepen: bouillon, heldere soepen met stukjes vlees/kip, soepballetjes, alleen de toegestane groenten, vermicelli, macaroni of witte rijst.
- Dranken: vruchtensap zónder vruchtvlees, frisdranken, thee, koffie, mineraalwater.
- Smaakmakers: de minder scherpe kruiden en specerijen: zout, peper, paprikapoeder, kaneel en nootmuskaat. Mosterd, ketchup, mayonaise.

De afdeling endoscopie van het Maastricht UMC+ besteedt de grootste zorg aan de samenstelling van deze folder. Desondanks is het mogelijk dat de gepubliceerde informatie onvolledig of onjuist is. Het MUMC+ aanvaardt hiervoor echter geen enkele aansprakelijkheid. Ook sluit het MUMC+ aansprakelijkheid uit voor schade die voortvloeit uit of verband houdt met het gebruik van de gepubliceerde informatie in deze folder/op deze website.

*Laatst bijgewerkt op 23 februari 2022*