INSTRUKSIES VIR KOLON VOORBEREIDING met PICOPREP

(Oggend Prosedure)

· ‘n Skoon kolon is baie belangrik vir die prosedure. Volg asb die instruksies noukeurig.
· Derm lediging begin ongeveer 2-3 uur na die eerste dosis PicoPrep, en mag aanhou vir 2-3 uur na die laaste dosering geneem is.
· PicoPrep veroorsaak waterige stoelgange totdat die uitskeiding sonder soliede deeltjies is.
· Dit is raadsaam om naby ‘n toilet te bly. **Wend Vaseline aan om anus na elke stoelgang**.

TWEE dae voor die prosedure

Volg ‘n sagte, veselvrye diet bv. pasta, pampoen gestoomde vis of hoender, helder soppe en jellie.
Vermy vrugte en groente met vesel, sade of pitjies.

EEN dag voor die prosedure

Ontbyt om 8h00: Swart tee/koffie met of sonder suiker, eier, wit of bruin brood / roosterbrood
(nie volgraan) Daarna slegs goedgekeurde vloeistowwe.
Middag en aandete: Drink slegs goedgekeurde helder vloeistowwe

Goedgekeurde helder vloeistowwe:

Water, swart tee/koffie , appel sap, wit druiwesap, Bovril drankies, helder hoender sop, Energie dranke (Energade, Powerade.Game) geel en groen jellie(sonder byvoegings)
GEEN vaste kos of melk produkte (yogurt, vla, roomys) toegelaat nie –
GEEN gas koeldranke,rooiwyn of pers koeldrank toegelaat nie.

Voorbereiding (3 Sakkies PICOPREP)
Om voor te berei:
Los een sakkie Picoprep op in 250ml warm water en roer tot helder.
Verkoel met ysblokkies en drink gevolg deur ‘n glas water.
Om 10h00: Drink ‘n glas water of helder vloeistof
Om 11h00: Drink ’n glas water of helder vloeistof.
Om 12h00: Drink ’n glas water of helder vloeistof.
Om 13h00: Los die 1ste sakkie Picoprep op soos voorgeskryf en drink gevolg deur ‘n glas water
Om 14h00: Drink ’n glas water of helder vloeistof.
Om 15h00: Drink ‘n glas water of helder vloeistof.
Om 16h00: Neem die 2de sakkie Picoprep gevolg deur ‘n glas water
Om 17h00: Drink ’n glas water of helder vloeistof.
Om 18h00: Drink ‘n glas water of helder vloeistof
Om 19h00: Neem die 3de sakkie Picoprep gevolg deur ‘n glas water
Om 20h00: Drink ’n glas water of helder vloeistof.
Staak alle innames om 22h00.

U mag nie motor bestuur direk na die prosedure nie. Reël asb vervoer.