

Comment se préparer à la coloscopie avec du **PICOPREP = préparation colique**

15 jours avant l'examen	<p>Vérifier la liste de vos médicaments et nous la renvoyer une semaine avant l'examen car certains doivent être stoppés avant l'examen selon la liste ci-jointe !</p> <p>Aller chercher le Picoprep (préparation colique) et le PRONTOLAX en avance à la pharmacie</p>
3 jours avant l'examen	<p>Débuter le régime SANS FIBRE comme indiqué ci-dessous Prendre le PRONTOLAX en cas de constipation ou si poids > 80kg</p>
La veille de l'examen	<p>Prendre la préparation colique /purgé PICOPREP selon schéma ci-dessous ATTENTION : une fois la préparation colique débutée vous ne devez plus manger !</p>
Le jour de l'examen	<p>(Ne pas manger, fumer ou boire SAUF LA PREPARATION COLIQUE)</p> <p>Seule l'<u>eau plate</u> est autorisée jusqu'à 3 heures avant l'examen Vous pouvez prendre vos médicaments habituels (sauf ceux qui doivent être stoppés) avec un peu d'eau.</p> <p>Empruntez les transports publics, un taxi ou faites-vous conduire par un proche mais ne conduisez pas vous-même sur le chemin du retour de l'examen. Conduire après une sédation ou une anesthésie est non seulement risqué mais illégal.</p>
Après l'examen	<p>Une surveillance au cabinet est requise pour environ 1 heure.</p> <p>Le médecin vous communiquera les premiers résultats après votre examen effectué.</p> <p>En cas de saignements ou de douleurs du ventre inhabituelles, contactez le cabinet</p>

REGIME SANS FIBRES (à débiter 3 jours avant la coloscopie)

Aliments et boissons interdits	Aliments et boissons autorisés
<ul style="list-style-type: none"> • Aliments contenant des graines ou pépins: pains complets, céréales, muesli, kiwi, tomates, raisins, concombres • Tous les fruits crus ou cuits, tous les fruits secs et tous les types de noix • Pains complets, céréales, muesli • La confiture • Toutes les salades, tous les légumes et les champignons • Les viandes rouges et les épices • Légumineuses (lentilles, quinoa, flageolets, haricots) • Toutes les boissons de couleurs foncées (même le vin rouge ou le café !) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tous les produits laitiers et les fromages (sauf les yoghourts avec morceaux de fruits) • Les pommes de terre sans la peau, les pâtes, la polenta, le riz blanc bien cuit • Les viandes blanches (poulet, dinde, veau et porc), le poisson, les crustacés et les œufs • Le pain blanc, les biscottes blanches, les biscuits sans grains, le chocolat sans noisettes ni raisins • Les thés clairs uniquement (vert, jasmin, camomille, thym, menthe) • Les bouillons de légumes (uniquement) filtrés (sans résidus) • Le tofu

PICOPREP = PREPARATION COLIQUE (à débiter la veille de l'examen)
(Ce sont ces instructions qu'il faut suivre, pas celles de la notice du médicament !)

Diluer chaque sachet de PICOPREP dans un verre d'eau de 1,5dl chacun.
Vous pouvez les préparer à l'avance et les mettre au frais.

Heure programmée de la coloscopie (Le jour suivant)	1ère dose de Picoprep	Boire 5 fois 250ml (liquides clairs)	2ème dose de Picoprep	Boire 5 fois 250ml (liquides clairs)
De 7h à 9h55	17h	17h30 à 19h30	22h00	22h30 à 23h30
De 10h à 12h30	19h	19h30 à 20h30	05h00	05h30 à 06h30
De 13h à 16h00	20h	20h30 à 22h30	7h00	7h30 à 09h30

Attention : La préparation colique ne vous hydrate pas. Vous devez suivre attentivement le tableau ci-dessus, qui vous indique la quantité de liquides claires à boire entre la 1^{ère} et la 2^{ème} dose de Picoprep. Vous pouvez même boire davantage si vous avez soif, **uniquement de l'eau jusqu'à 3 heures avant votre examen endoscopique.** Le fait de boire suffisamment diminue le risque d'avoir des maux de tête.

Il est interdit de manger dès lors que vous avez commencé la préparation colique. L'intestin est propre et prêt pour l'examen lorsque le liquide qui en sort est clair, jaunâtre, sans matières solides.

En général, la 2^e dose de préparation fait effet plus rapidement que la 1^{ère}, en 1 à 2h maximum.