



### Informationsblatt

## Darmuntersuchung - Unterstützung zur idealen Vorbereitung

Unsere Ernährungsberaterin hat für Sie einen ballaststoffarmen Menüplan als Vorschlag zusammengestellt. Aus den vorgeschlagenen Speisen können Sie gerne Ihren individuellen Plan zusammenstellen.

	Frühstück	Mittagessen	Abendessen
4 Tage vor Untersuchung	Hausbrot mit Streichkäse oder Streichwurst, weiches Ei	klare Suppe mit Schöberl Hascheeknödel, Speckknödel ohne Beilage oder Nudeln mit Thunfisch Palatschinken mit Honig	Eiernockerl
3 Tage vor Untersuchung	Salzstangerl mit Schinken und Käse	klare Suppe mit Grießnockerl Gebackener Leberkäse mit Kartoffelpüree oder Gnocchi mit Käsesauce Milchreis	Lachs auf Weißbrot und Philadelphia Aufstrich
2 Tage vor Untersuchung	Naturjoghurt mit Honig, Marmorgugelhupf	klare Suppe mit Frittaten gebratenes Fischfilet mit Kartoffel oder Schinkenhörnchen Topfenknödel	Schinken-Käse-Toast
1 Tag vor Untersuchung	Buttersemmerl, Brioche ohne Rosinen	klare Suppe mit Nudeln Naturschnitzel mit Reis oder Spaghetti mit Olivenöl und Parmesan Eis mit Schlagobers	<b>Leider nein!</b>
Untersuchungstag	<b>Leider nein!</b> Getränke (Wasser, Ingwer- oder Zitronentee, Kaffee ohne Milch) sind bis 2 Stunden vor der Untersuchung erlaubt		



### Wichtig:

- **Speisen bitte immer ohne Gemüsebeilagen oder Salat genießen!**
- Bitte nur Brot und Gebäck ohne Körner und Gewürze auswählen (kein Kümmel, Mohn,...)!
- Bitte kein Obst und Gemüse als Zwischenmahlzeiten!
- Als Getränke empfehlen wir: stilles oder mildes Mineralwasser, klaren Apfelsaft, Kräuter-, Zitronen- oder Ingwertee, Verdünnungs-saft. Ein Bier oder ein Glas Wein sind auch erlaubt.

### Und hier noch ein paar zusätzliche Tipps!

Trinken Sie die Lösung für die Darmentleerung bevorzugt gekühlt, gerne mit einem Trinkhalm oder aus einer Trinkflasche (z.B. Fahrradflasche). Trinken Sie die Lösung für die Darmentleerung langsam und in kleinen Schlucken.

Verzichten Sie am Untersuchungstag auf Lippenstift und Nagellack. Lassen Sie alle nicht notwendigen Wertgegenstände zu Hause (z.B. Schmuck, Piercings).

### Kontakt

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne unter:

Tel.: 0732 / 7675-11200

zur Verfügung.