



CHRISTOPHORUS

KLINIKEN COESFELD DÜLMEN NOTTULN

Endoskopie

# Gemeinsam durch die Hitzetage

Tipps für die  
Koloskopie-  
vorbereitung an  
Hitzetagen

Alles Gute fürs Leben



# Tipps für Hitzetage

Die heißen Sommertage können sowohl Sie als Patient:innen, als auch uns als Untersucher:innen vor Herausforderungen stellen. Insbesondere mit Hinblick auf die Vorbereitung für die Darmspiegelung (Koloskopie) möchten wir Ihnen einige Tipps mitgeben, mit denen wir gemeinsam durch die Hitzetage kommen.

## Tipps für die Koloskopievorbereitung an Hitzetagen:

1. Auf ausreichende Trinkmenge und Salzzufuhr achten: Bitte achten Sie während der Koloskopievorbereitung auf eine ausreichende Trinkmenge. Auch die Blutsalze können unter den Vorbereitungsmaßnahmen für eine Koloskopie durcheinandergeraten. Trinken Sie gesalzene Suppe/Brühe zur Koloskopievorbereitung.
2. Sprechen Sie uns an, falls Sie „wassertreibende“ (diuretische) Medikamente einnehmen oder eine chronische Dialysetherapie benötigen. Sprechen Sie uns auch an, wenn sie blutdruckregulierende Medikamente einnehmen. Wir finden gemeinsam mit Ihnen eine Lösung, wie Ihre Medikamente für die Untersuchung angepasst werden sollten.
3. In den Tagen vor der Koloskopie können Sie Nahrungsmittel mit hohem Wassergehalt zu sich nehmen, solange sie faserarm sind z.B. kalte Gemüsesuppen, Gemüse- oder Fleischbrühe, Milch- oder Obstkaltschalen. Ansonsten gehen Sie wie auf dem mitgegebenen Patient:inneninformationsblatt für die Koloskopievorbereitung vor.
4. Schützen Sie sich vor der Sonne: Lüften Sie nachts oder in den frühen Morgenstunden, verdunkeln Sie Ihren Wohnraum oder das Patient:innenzimmer, tragen Sie leichte und helle Kleidung. Am Vorbereitungstag versuchen Sie bitte, die direkte Sonnenexposition zu meiden.
5. Symptome ansprechen: Sollten Sie Symptome bemerken wie trockene Haut / Mund / Zunge, Benommenheit, Desorientierung, niedriger Blutdruck, sollten Sie die Flüssigkeitszufuhr fördern. Bitte sprechen Sie uns auf der Station an. Falls Sie sich ambulant vorbereiten, rufen Sie uns in diesem Falle im Sekretariat an (02541 89 12014) oder suchen Sie unsere Notaufnahme auf.

Wir haben unsererseits ebenso ein Hitzeschutzkonzept erarbeitet. Wir verdunkeln unsere Endoskopieräumlichkeiten und sind in einigen Räumen mit einer Klimatisierung ausgestattet. Zudem messen wir regelmäßige Ihre Vitaldaten vor, während und nach der Untersuchung und können bei Bedarf Flüssigkeitsdefizite über den Venenzugang ausgleichen. Bei stationären Patient:innen versuchen wir, die Wartezeit und Vorbereitungszeit für die Koloskopie so gering wie möglich zu halten und ältere und vulnerable Patient:innengruppen vorzuziehen. Bei Fragen, zögern Sie nicht uns anzusprechen!

Ihr Endoskopie-Team der Christophorus Kliniken Coesfeld