



Det er meget vigtigt at du er fuldt udrenset til kikkertundersøgelsen for ellers kan lægen ikke med sikkerhed undersøge hele tarmens slimhinde og udelukke sygdom. Hvis udrensningen ikke er god nok, kan det blive nødvendigt at gentage undersøgelsen.

**Følg disse instruktioner for udrensning med Citrafleet og ikke dem på æsken.**

I æsken med Toilax tabletterne ligger der et klyasma (rektalvæske), dette skal IKKE benyttes men blot kasseres.

## Kost inden kikkertundersøgelsen

De sidste 3 dage inden undersøgelsen skal du undgå større mængder mælkeprodukter og kerner (fx fuldkornsbrød). Undgå også kerner fra frugt, fiberrige grøntsager samt fibertilskud så som Sylliflor og HUSK.

Du skal faste de sidste 24 timer før undersøgelse, dvs. du må ikke spise noget men du må gerne drikke tynde, klare væsker indtil 2 timer før undersøgelsen.

Tynde, klare væsker er fx vand, saftvand, sodavand, æblejuice, energidrikke, kaffe og te. Undgå mælkeprodukter (også i kaffe og te), da de kan forstyrre billedet af tyktarmens slimhinde. Du må også gerne drikke klare supper eller bouillon (uden fyld).

Det er vigtigt, at du drikker rigeligt med væske i det døgn du faster. Drik ikke udelukkende vand men også andre tynde, klare væsker.

## Tre dage før undersøgelsen

Ca. kl. 18.00: Tages 2 tabletter Toilax (afføringsmiddel, som udleveres på apoteket)

## To dage før undersøgelsen

Ca. kl. 18.00: Tages 2 tabletter Toilax (afføringsmiddel, som udleveres på apoteket)

## Har du en formiddagstid til kikkertundersøgelse (før kl. 13)

- Tag det første brev Citrafleet dagen før undersøgelsen mellem klokken 15 og 16
- Tag det andet brev Citrafleet dagen før undersøgelsen mellem klokken 21 og 22

## Har du en eftermiddagstid til kikkertundersøgelse (efter kl. 13)

- Tag det første brev Citrafleet dagen før undersøgelsen mellem klokken 15 og 16
- Tag det andet brev Citrafleet på selve undersøgelsesdagen mellem klokken 6 og 7

## Sådan tager du Citrafleet

1. Tag et glas med 150 ml koldt vand
2. Hæld pulveret fra et brev i vandet
3. Rør blandingen i 2-3 minutter.  
Når det ikke længere bruser, er blandingen færdig. Den vil være uklar/råhvid.  
Drik blandingen, helst indenfor 15 minutter.
4. Vent cirka ti minutter efter indtagelse af hvert brev, og drik så cirka 1,5-2 liter forskellige klare væsker med en hastighed på cirka 250 ml (et lille glas) til 400 ml (et stort glas) hver time.
5. Når du har drukket Citrafleet-opløsningen, vil du opleve, at din afføring bliver mere og mere vandig, og dette er helt normalt - sørg for at have adgang til et toilet. Det er ikke ualmindeligt, at der kan gå flere timer før, der kommer afføring første gang. Til sidst skal din afføring være helt klar/gullig og vandig.