

Plenvu

Inför din laxering

En vecka före undersökningen ska du undvika mat som innehåller mycket fiber, till exempel fullkornsprodukter, müsli, hela kärnor och frön som kan finnas i frukt och grönsaker. Om du vanligtvis tar järntabletter måste du även sluta ta dessa en vecka innan undersökningen. Detta för att underlätta din kommande laxering.

Ät ingen fast föda efter kl. 12.00 dagen före undersökningen, men drick gärna klara drycker så som kaffe, te eller saft. Timmarna dessförinnan får du äta, men med måtta. Ju mindre du ätit, desto snabbare och lättare blir tarmen ren! Du måste ha en toalett i din omedelbara närhet när du dricker ditt laxermedel då medlet ger en snabb tarmtömning.

Så här blandar och dricker man Plenvu

Förpackningen med Plenvu innehåller **två doser** som ska tas på olika tidpunkter. Tarmtömningen ska alltså göras två gånger.

Dos 1 innehåller en påse som är märkt med Dos 1.

Dos 2 innehåller två påsar märkta med Dospåse A och Dospåse B.

Dos 1:

1. Dos 1 av Plenvu tas vid 18–19 tiden dagen före undersökningen.
2. Blanda till dos 1 (1 dospåse märkt med Dos 1) med 500 ml vatten i en kanna.
3. Häll upp ytterligare 500 ml valfri klar vätska, till exempel vatten, i en annan kanna.
4. Drick långsamt under 45–60 minuter, vartannat glas klar dryck och vartannat Plenvu tills allt är uppdrucket. Totalt 1000 ml = 1 liter.
5. Plenvu verkar inom 1–2 timmar och du bör befinna dig nära en toalett.

Dos 2:

1. Dos 2 av Plenvu tas på undersökningdagen 4 timmar innan undersökningen och ska vara uppdrucken 3 timmar före undersökningstiden.
2. Blanda till dos 2 (2 dospåsar, märkt med Dospåse A och Dospåse B) med 500 ml vatten i en kanna.
3. Häll upp ytterligare 500 ml valfri klar vätska, till exempel vatten, i en annan kanna.
4. Drink långsamt under 45–60 minuter vartannat glas klar dryck och vartannat Plenvu tills allt är uppdrucket. Totalt 1000 ml = 1 liter.
5. Plenvu verkar inom 1–2 timmar och du bör befinna dig nära en toalett.
6. Fortsätt gärna dricka klara drycker fram till undersökningen.

Genom att dricka Plenvu långsamt, minst 45–60 min, och vartannat glas vatten/klar vätska så kan man lindra eventuellt illamående och om man tycker smaken är jobbig. Du kan även suga på en karamell. Tarmen kommer bättre i gång om du rör på dig under tiden du dricker Plenvu, du kan till exempel gå i trappor eller gå på stället.

Du får dricka så mycket klar dryck du vill efter tarmsköljningen så som saft, te eller kaffe, men inte kolsyrad dryck. **Däremot får du inte äta förrän undersökningen är genomförd.**