

Laxabon

Du skal gjennomføre tømningen i to steg, se tablettene for veiledende tidspunkt. Første dose tar du kvelden før undersøkelsen. Andre dose tar du samme dag som undersøkelsen. Har du time 15:30 eller senere, kan du velge å gjennomføre tarmtømningen samme dag (se egen tabell). Du kan da spise fiberfattig kost dagen før undersøkelsen. Ved lang reisevei kan det å gjennomføre tarmtømningen samme dag være utfordrende og du kan da velge "standard tarmtømming".

Tømningen starter som regel **etter ca. 1 time** (dette kan variere fra person til person) så da er det viktig å være i nærheten av et toalett. I løpet av de neste timene kommer du til å ha hyppige løse tømminger.

Dagen før undersøkelse:

Fiberfattig frokost før kl. 12:00, **deretter skal du ikke innta fast føde**. Derimot anbefaler vi rikelig inntak av **klare væsker**, ca. 1-2 liter før tømningen begynner. Da forhindrer du å bli uttørket og i tillegg blir resultatet bedre.

1.dose: Halvparten av mengden tømningssvæske (2 liter) skal du innta med en hastighet på ca. **2-3 dl hvert 10. minutt**. Dette gjør du til hele mengden er drukket. **Etter at all tømningssvæsken er inntatt** kan du drikke **klare væsker** ved behov.

2: dose: Den siste mengden tømningssvæske (2 liter) inntar du 5 timer før undersøkelse. Du må være ferdig med å drikke tømningssvæsken **senest 3 timer** før undersøkelsen. **Du må selv beregne når du skal drikke 2. dose ut fra tidspunktet på undersøkelsen.** Klare væsker kan du drikke helt fram til undersøkelsen.

Standard tarmtømming

Time for undersøkelse	Dose 1: drikkes dagen <u>før</u> undersøkelsen	Dose 2: drikkes <u>samme</u> dag som undersøkelsen
kl. 09:00	kl. 19:00	kl. 04:00
kl. 09.45	kl. 19:00	kl. 04:00
kl. 10.30	kl. 19:00	kl. 05:00
kl. 11.15	kl. 19:00	kl. 06:00
kl. 12:30	kl. 19:00	kl. 07:00
kl. 13.15	kl. 19:00	kl. 08:00
kl. 14:00	kl. 19:00	kl. 09:00
kl. 15:30 og senere	kl. 19:00	kl. 10:00

Tømming samme dag som undersøkelsen

	Dose 1: drikkes <u>samme</u> dag som undersøkelsen	Dose 2: drikkes <u>samme</u> dag som undersøkelsen
kl. 15.30	kl. 07.00	kl. 10.00
kl. 16:00	kl. 08.00	kl. 11.00
kl. 16:30	kl. 09.00	kl. 12.00
kl. 17:00	kl. 10.00	kl. 13.00

Å drikke væsken **avkjølt med sugerør** kan redusere den vonde smaken og gjøre inntaket lettere. Dersom du opplever kvalme og ubehag som forhindrer videre inntak av tømmingsvæske, kan du vente i 30 minutter før du igjen starter med samme hastighet.