



Darmkrebs-Präventionspreis



Optimierung der Koloskopievorbereitung durch digitale Unterstützungssysteme

B. Walter



138



Koloskopievorbereitung Manchmal ein Problem.....



	Tag 3	Tag 2	Tag 1	Untersuchungstag
Körnerhaltige Lebensmittel/ faserreiches Gemüse	✗	✗	✗	✗
Gefärbte Flüssigkeiten	✓	✓	✗	✗
Fetteiche Mahlzeiten	✓	✓	✗	✗
Klare Brühe am Mittag			✓	
1. Beutel Abführmittel 17:00 Uhr + 2 Liter klare Flüssigkeiten			✓	
2. Beutel Abführmittel morgens 3 h vor der Untersuchung				✓





4 Tage vor der Untersuchung

- Können Sie den **Untersuchungstermin nicht wahrnehmen**, informieren Sie uns bitte rechtzeitig telefonisch unter 089/4140-2454 (Endoskopie) oder -5055 (Case Management).
- Bitte kontaktieren Sie Ihren behandelnden Arzt bezüglich der **Medikamenteneinnahme** am Untersuchungstag.

3 Tage vor der Untersuchung

- Bitte vermeiden sie ab sofort alle kernhaltigen Lebensmittel (z.B. Wassermelone, Erdbeeren, Kiwi, Trauben, Tomaten, Vollkornprodukte, Müsli) sowie faserreiches Gemüse (Zucchini, Lauch, Salat, Bohnen), da diese Lebensmittel die anstehende Untersuchung stören können.



Am Tag der Untersuchung

- Trinken Sie die 2. Hälfte des Abführmittels 3 Stunden vor dem geplanten Termin.
- Ihr Stuhlgang sollte nach den Abführmaßnahmen an Kamillentee erinnern und keine Feststoffe mehr enthalten. So sind Sie für die Darmspiegelung optimal vorbereitet. Sollte dies nicht der Fall sein: Kein Problem! Bitte informieren Sie uns in diesem Fall bei Ankunft in der Endoskopie.

Was darf ich essen und trinken?

- Sie können nach der Untersuchung in der Regel wieder alle Nahrungsmittel zu sich nehmen. Fragen Sie dennoch den Untersucher. Wir empfehlen, mit leicht bekömmlichem Essen und Getränken (z.B. belegtes Brot, Tee) zu beginnen.
- Alkohol sollte am Untersuchungstag generell vermieden werden.
- Die Normalisierung der Darmtätigkeit und des Stuhlgangs kann einige Tage dauern.

Am Untersuchungstag

- Heute ab 17:00 Uhr sollten Sie mit der **ersten Hälfte des Abführmittels** (z.B. Moviprep®, Endotak®) beginnen. Bitte lesen Sie aufmerksam die Anleitung im Beipackzettel.
- Die Abführmittel werden zu einem vermehrten Stuhlgang/Durchfall führen. Dies ist ein für die Untersuchung erwünschter Effekt und braucht Sie nicht zu beunruhigen. Bitte halten Sie sich in der Nähe einer Toilette auf. Tragen Sie bequeme Kleidung und legen Sie sich ggf. etwas zu lesen auf der Toilette zurecht.

Am Untersuchungstag

- Am Untersuchungstag dürfen Sie wegen der Beruhigungsspritze für 24 Stunden nicht Auto fahren, Maschinen bedienen oder aktiv am Straßenverkehr teilnehmen.
- Nach der Untersuchung sollten Sie sich ausruhen. Reduzieren Sie Ihre Tätigkeiten an diesem Tag auf ein Minimum.

Am Untersuchungstag

- Sie dürfen **keine faserreichen Lebensmittel** essen und **keine ballaststoffreichen Getränke** trinken. Erlaubt sind klare Flüssigkeiten (z.B. Wasser, Tee, Saft) und fettreichen Lebensmittel.
- Sie dürfen **keine gefärbten Getränke** (z.B. Cola, dunkler Kakao) trinken. Erlaubt sind klare Flüssigkeiten (z.B. Wasser, Tee, Saft) und fettreichen Lebensmittel.



Koloskopievorbereitung 4.0



Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie haben für den um Uhr einen Termin zur ambulanten Dickdarmspiegelung (Koloskopie) vereinbart.

2 Tage vor der Untersuchung

- Keine körnerhaltigen oder faserreichen Lebensmittel.
- Vermeiden Sie ab morgen ballaststoffreiche und fettreiche Mahlzeiten.

4 Tage vor der Untersuchung

- Organisieren Sie schon heute eine Abholmöglichkeit für den Untersuchungstag. (Sie dürfen aufgrund der für die Untersuchung empfohlenen Serravalungsspitze nach der Darmspiegelung für 24 Stunden nicht mehr aktiv am Straßenverkehr teilnehmen).
- Planen Sie für den Untersuchungstag keine weiteren Termine ein. Verschieben Sie wichtige Termine wenn möglich auf die Tage nach der Darmspiegelung.
- Können Sie den Untersuchungstermin nicht wahrnehmen, informieren Sie uns bitte rechtzeitig telefonisch unter 0891440-2454 (Endoskopie) oder -5055 (Case Management).
- Bitte kontaktieren Sie Ihren behandelnden Arzt bezüglich der Medikamenteneinnahme am Untersuchungstag.

3 Tage vor der Untersuchung

- Bitte vermeiden sie ab sofort alle kernhaltigen Lebensmittel (z.B. Wassermelone, Erdbeeren, Kiwi, Trauben, Tomaten, Vollkornprodukte, Müsli) sowie faserreiches Gemüse (Zucchini, Lauch, Salat, Bohnen), da diese Lebensmittel die anstehende Untersuchung stören können.

1 Tag vor der Untersuchung

- Vermeiden Sie ab sofort gefärbte Getränke (z.B. Kaffee, schwarzer Tee, Milch, Cola, dunkler Früchtetee, Rotwein). Diese können das Untersuchungsergebnis negativ beeinflussen. Erlaubt sind klare Flüssigkeiten wie Wasser, Apfelsaft, weiße klare Tees.
- Keine ballaststoffreichen und fettreichen Mahlzeiten. Kein Alkohol.
- Bitte nehmen Sie mittags nur eine klare Brühe zu sich.
- Heute ab 17:00 Uhr sollten Sie mit der Einnahme des Abführmittels (z.B. Moviprep®, Endofalk®) beginnen. Bitte lesen Sie aufmerksam die Anleitung im Beipackzettel.
- Die Abführmittel werden zu einem vermehrten Stuhlgang/ Durchfall führen. Dies ist ein für die Untersuchung erwünschter Effekt und braucht Sie nicht zu beunruhigen. Bitte halten Sie sich in der Nähe einer Toilette auf. Tragen Sie bequeme Kleidung und legen Sie sich ggf. etwas zu lesen auf der Toilette zurecht.

Am Tag der Untersuchung

- Trinken Sie die 2. Hälfte des Abführmittels 3 Stunden vor dem geplanten Termin.
- Ihr Stuhlgang sollte nach den Abführmaßnahmen an Kamillentee erinnern und keine Feststoffe mehr enthalten. So sind Sie für die Darmspiegelung optimal vorbereitet. Sollte dies nicht der Fall sein, kein Problem! Bitte informieren Sie uns in diesem Fall bei Ankunft in der Endoskopie.

Nach der Untersuchung

Wie geht es weiter?

- Nach der Untersuchung werden Sie noch in unserer Endoskopie überwacht, bis Sie entlassen werden können. Rechnen Sie mit einem Mindestaufenthalt von zwei Stunden.
- Am Untersuchungstag dürfen Sie wegen der Beruhigungspritze für 24 Stunden nicht auto fahren, Maschinen bedienen oder aktiv am Straßenverkehr teilnehmen.
- Nach der Untersuchung sollten Sie sich ausruhen. Reduzieren Sie Ihre Tätigkeiten an diesem Tag auf ein Minimum.

Was darf ich essen und trinken?

- Sie können nach der Untersuchung in der Regel wieder alle Nahrungsmittel zu sich nehmen. Fragen Sie dennoch den Untersucher. Wir empfehlen, mit leicht bekömmlichem Essen und Getränken (z.B. belegtes Brot, Tee) zu beginnen.
- Alkohol sollte am Untersuchungstag generell vermieden werden.
- Die Normalisierung der Darmtätigkeit und des Stuhlgangs kann einige Tage dauern.

Wo müssen Sie hin?
Endoskopie der II. Medizinischen Klinik, 1. Obergeschoss, Ismaninger Str. 22, 81075 München

Was sollten Sie zur Untersuchung mitbringen?

- Wenn nicht anders vereinbart, den unterschriebenen Aufklärungsbogen sowie aktuelle Blutwerte (Gerinnung, Blutzucker) (nicht älter als 7 Tage)
- Falls vorhanden Allergiepapier (Bitte weisen Sie den Untersucher vor Beginn der Untersuchung auf Medikamentenunverträglichkeiten hin)



TimingEvent

```

SF EVENTCOUNT : int
activity : Activity
time : long
id : int
notiText : String
getNotiText() : String
setNotiText(String) : void
C TimingEvent(Activity, long, int, String)
getActivity() : Activity
setActivity(Activity) : void
getTime() : long
setTime(long) : void
getId() : int
setId(int) : void
    
```

Digital unterstützte Koloskopievorbereitung



Good evening,
Please avoid high
fibre diet. Please
also avoid nuts
and seeds

morning — 4 days before
noon — colonoscopy
evening —

morning — 3 days before
noon — colonoscopy
evening —

...

morning — 2 days before
noon — colonoscopy
evening —



05:00pm
Please start your
first liter of laxative
now!

morning — 1 day before
noon — colonoscopy
evening —

...

morning — day of colonoscopy



Dear patient, your
colonoscopy
appointment is
scheduled in 4 days.
To support your
preparation
procedure notices
will be sent to you
containing dietary
and laxative intake
recommendations



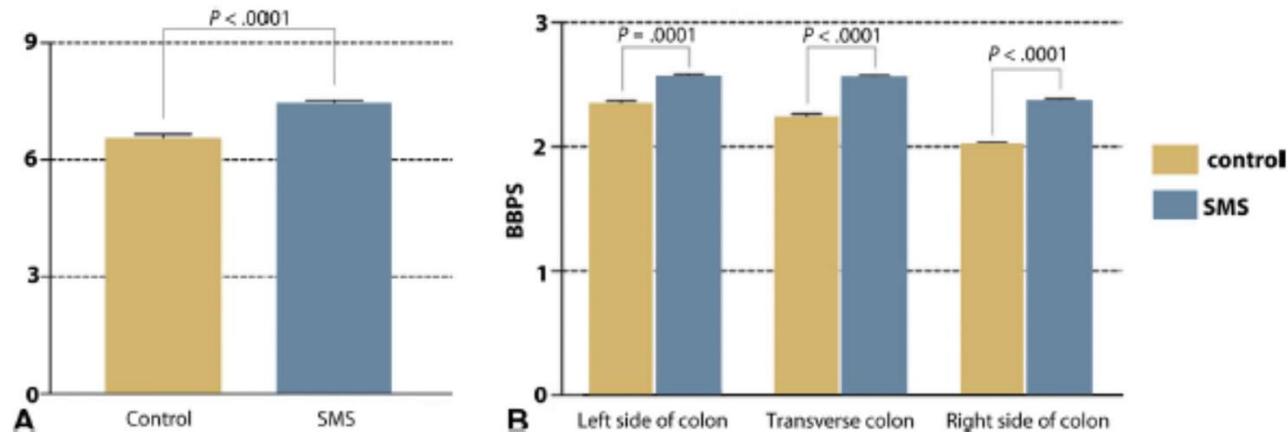
Short Message Service



Improving the quality and acceptance of colonoscopy preparation by reinforced patient education with short message service: results from a randomized, multicenter study (PERICLES-II)  

Benjamin Walter, MD,¹ Peter Klare, MD,² Katharina Strehle,² Jens Aschenbeck, MD,³ Leopold Ludwig, MD,⁴ Nektarios Dikopoulos, MD,⁴ Martina Mayr, MD,⁵ Bruno Neu, MD,⁵ Alexander Hann, MD,¹ Benjamin Mayer, PhD,⁶ Alexander Meining, MD,¹ Stefan von Delius, MD⁷

Ulm, Germany



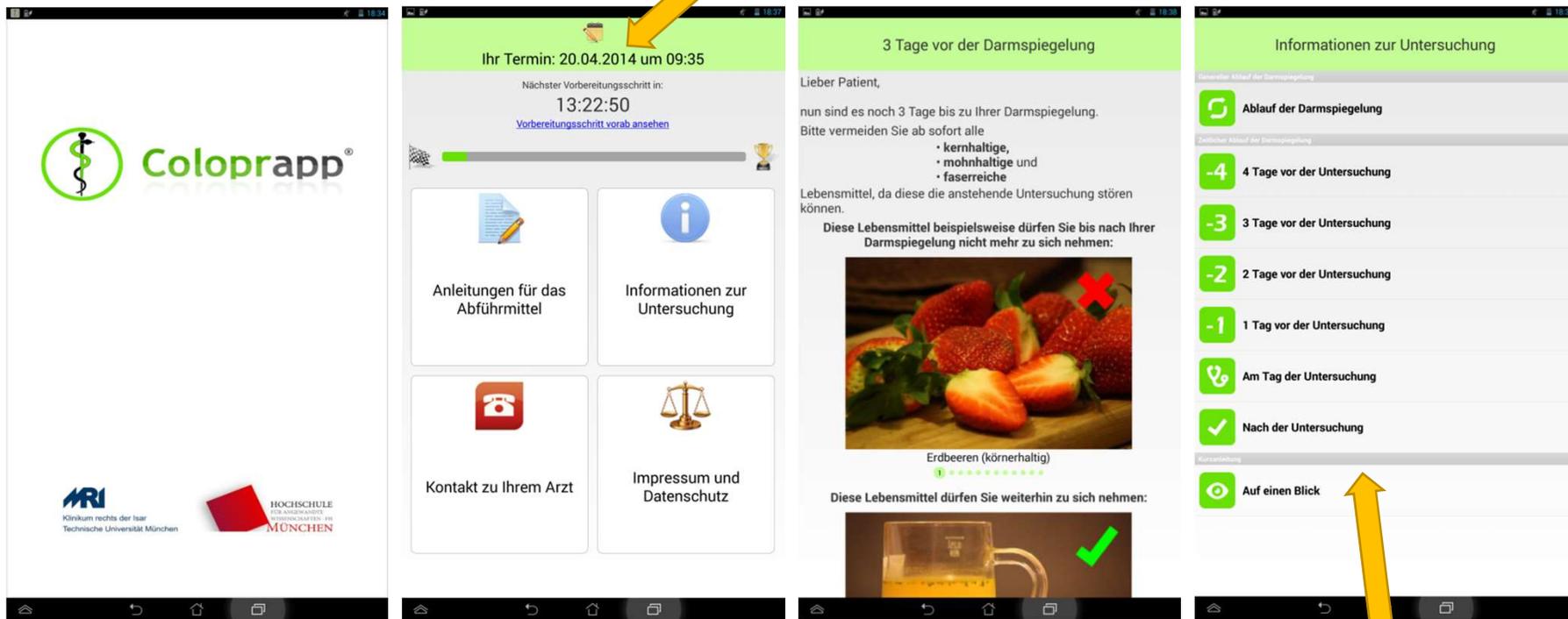
Einfach, für jeden Mobilfontyp verfügbar



Limitierte Zeichenzahl, kein Bildversand

Smartphone APP

Kalendereintrag mit dem Koloskopietermin

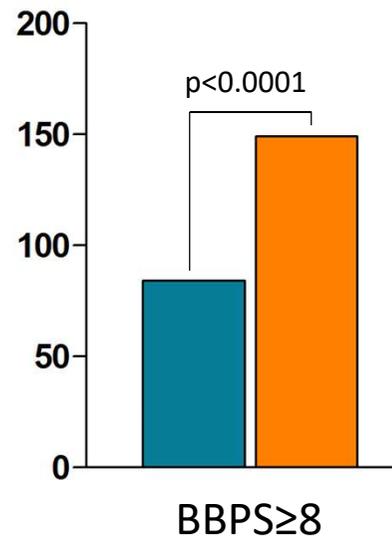


Illustrierte
Informationen

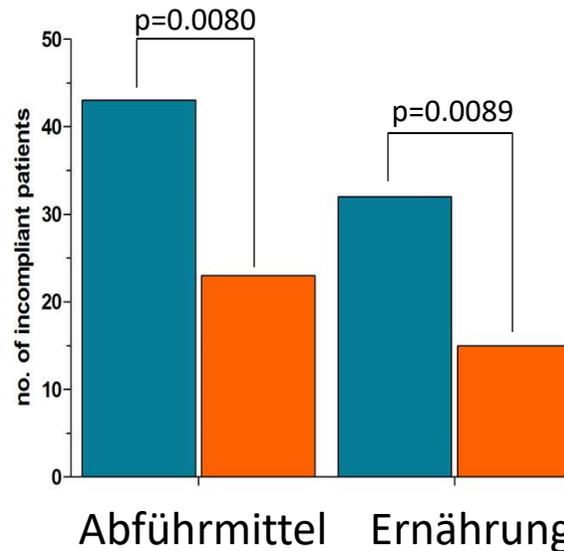
Tagesgenaue
Unterstützung bei der
Vorbereitung

Prospektive, multizentrische Studie bei Darmkrebsvorsorgeteilnehmern, Vergleich Standardvorbereitung vs. App unterstützte Vorbereitung (n=500)

Exzellente
Darmvorbereitung



Compliance



Polypendetektion

Polyp detection	Control	App	P-value
No. of polyps detected (n=386)	170	216	0.0011
No. of adenomas detected (n=240)	105	135	0.0354

control
APP



Zusammenfassung



Eine digital unterstützte Koloskopievorbereitung:

1. Fördert die Compliance bei der Vorbereitung
2. Erhöht die Darmsauberkeit
3. Kann helfen die Zahl der entdeckten Polypen zu erhöhen

...kann helfen die Teilnehmerrate an der Darmkrebsvorsorge zu verbessern!

Danksagung

Darmkrebs-Präventionspreis



Simone Schmidbaur, Rena Frank, Benjamin Mayer, Thomas Seufferlein



Alexander Meining, Alexander Hann



Alexander Jagemann, Johannes Döring,
Johannes Ulmer & Sebastian Klenk



Nektarios Dikopoulos, Leopold Ludwig



Bruno Neu, Martina Mayr



Im Verbund der Regionalen
Kliniken Holding RKH

Benjamin Meier, Karel Caca



Julian Weddige, Sebastian Gaede