



환자 및 간병인 교육

미라렉스®를 사용한 대장내시경 준비 방법

이 정보는 폴리에틸렌글리콜(미라렉스®)을 사용하여 대장내시경 검사를 준비하는 데 도움이 됩니다.

대장내시경 정보

대장내시경 검사는 의사가 대장 내부를 확인하는 검사입니다. 의사는 대장 내부를 보기 위해 대장경을 사용합니다. 대장경은 끝에 카메라가 달린 유연한 튜브입니다. 비디오 모니터에 영상이 나타납니다.

시술 중 의사가 취할 수 있는 활동은 다음과 같습니다.

- 검사를 위해 작은 조직 샘플(생검)을 제거합니다.
- 용종(조직 성장물)을 제거합니다.
- 대장 내부 사진을 촬영합니다.

시술 전에 대장을 비워야 합니다. 대장 안에 대변이 있으면 의사가 대장 안의 용종이나 그 밖의 문제들을 보지 못할 수 있습니다. 이 경우 시술을 다시 해야 할 수도 있습니다.

주의 깊게 의료진의 지시를 따르십시오. 궁금한 점이 있으시면 진료실로 문의하십시오.

시술 1주 전 복용 중인 의약품 확인

시술 전에 일부 약물의 복용을 중단해야 할 수도 있습니다. 복용을 중단해도 안전한 약은 무엇인지 의사와 상의하십시오. 몇 가지 일반적인 예는 다음과 같습니다.

항응고제(혈액 희석제)

혈액 희석제는 혈전 발생을 줄여주는 의약품입니다. 혈병을 치료하거나 심장마비 또는 뇌졸중을 예방하기 위해 혈액 희석제를 복용 중인 경우, 복용을 중단해야 하는 시기를 처방 의사에게 문의하십시오.

일반적인 혈액 희석제 예제 목록이 아래에 나와 있습니다. 이외에 다른 약품들도 있으니 복용하는 모든 약을 치료 팀에게 알려주십시오. 치료 팀과 상의 없이 혈액 희석제 복용을 중단하지 마십시오.

- 아픽사반(엘리퀴스®)
- 아스피린
- 셀레콕시브(셀레브릭스®)
- 실로스타졸(플레탈®)
- 클로피도그렐(플라빅스®)
- 다비가트란(프라닥사®)
- 달테파린(프라그민®)
- 디피리다몰(페르산틴®)
- 에독사반(사베이사®)
- 에녹사파린(로베녹스®)
- 폰다파리녹스(아릭스트라®)
- 헤파린(피부 밑에 주입)
- 멜록시캄(모빅®)
- 이부프로펜(애드빌®, 모트린®)과 나프록센(알리브®)과 같은 비스테로이드성 소염제(NSAID)
- 펜톡시필린(트렌탈®)
- 프라수그렐(에피엔트®)
- 리바룩사반(자렐토®)
- 술파살라진(아줄피딘®, 술파진®)
- 티카그렐러(브릴린타®)
- 틴자파린(이노헵®)
- 와파린(안토벤®, 쿠마딘®)

당뇨병 약

당뇨병 약을 처방한 의료진에게 시술 전날과 시술 당일 아침에 무엇을 해야 하는지 문의하십시오. 의료진이 시술 전날 설탕이 함유되지 않은 유동식을 섭취하라고 알려드릴 것입니다.

시술 전날이나 시술 당일 다음 약을 복용하지 마십시오.

- 메트포민(예: 글루코파지® 또는 글루메트자®).
- 메트포민이 함유된 약(예: 자누메트®).

보호자 동반 귀가 예약

시술 후에는 책임감 있게 돌봐 줄 사람과 함께 귀가해야 합니다. 책임감 있는 진료 파트너는 환자가

안전하게 귀가하도록 도울 수 있는 사람입니다. 또한 걱정되는 일이 있을 때 의료진에게 연락할 수 있어야 합니다. 시술 전에 돌봐 줄 사람을 미리 정해 두십시오.

귀가를 도와줄 책임감 있는 진료 파트너가 없다면 아래 기관 중 하나로 연락하십시오. 함께 귀가할 수 있는 사람을 파견해 드릴 것입니다. 이 서비스는 유료이며 교통편을 제공해 주셔야 합니다. 택시나 차량 서비스를 이용하실 수 있지만, 책임감 있게 돌봐 줄 사람이 곁에 있어야 합니다.

뉴욕 소재 기관

VNS Health: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

뉴저지 소재 기관

Caring People: 877-227-4649

필요한 경우 담당 의사에게서 서신을 받아오십시오

시술 전에 허가서를 받아야 할 수도 있습니다. 허가서는 안전하게 해당 시술을 받을 수 있다는 내용의 편지입니다. 늦어도 시술 전날에는 MSK 진료실에 허가서를 제출해야 합니다.

삽입형 자동 제세동기(AICD)

AICD를 착용 중이면 담당 MSK 의사에게 알려주십시오. 담당 심장외과 전문의(심장 전문의)의 허가서가 필요합니다.

기타 증상

지난 6주 동안 다음 증상 중 어떤 것이든 경험했다면 의사의 허가서가 필요합니다.

- 흉부 통증
- 새로운 또는 더 악화된 호흡 곤란
- 실신

소모품 구매

관장을 위해 다음 소모품을 구매해야 합니다.

- 비사코딜(둘코락스®) 정제 4개(5 mg). 주로 한 상자(알약 10개)씩 판매됩니다.
- 폴리에틸렌글리콜(미라렉스®) 1병(238 g).
- 빨간색, 보라색, 주황색이 아닌 유동식 64온스. 이 유동식을 미라렉스와 혼합해야 합니다. 실온에 보관하십시오.
 - 게토레이®나 파워에이드® 같은 스포츠 음료도 좋은 선택입니다. 스포츠 음료는 관장 중에 잃게 되는 전해질을 대체하는 데 도움이 됩니다.

- 당뇨가 있으신 분들은 반드시 무설탕 유동식을 준비하시기 바랍니다.

필요 시 추가 소모품을 구매하십시오

다음 항목 중 하나에 해당하는 경우에는 소모품을 추가로 구매해야 할 수도 있습니다.

- 변비가 잦거나(배변 활동에 문제가 있음) 배변 횟수가 일주일에 3회 미만임
- 마약성(아편계) 약물을 복용 중임 확실하지 않으면 의료진에게 문의하십시오. 마약성 약물의 예는 다음과 같습니다.
 - 펜타닐(듀라제식®, 셉시스®)
 - 모르핀(데포두®, 듀라모프®)
 - 하이드로코돈(비코딘®)
 - 옥시코돈(옥시콘틴®, 퍼코셋®)
- 과거에 관장이 미흡한 상태(대장에 대변이 남아 있는 상태)로 대장내시경을 받아본 적이 있으신가요?

이러한 상황을 겪으신 경우 미라렉스®를 구매해야 합니다. 10개들이 한 박스(17 g) 또는 분말 한 병(119 g)을 구매할 수 있습니다.

완전한 유동식을 원하는 경우 액체를 더 많이 구매해야 합니다. 마실 수 있는 액체의 예는 “대장내시경 검사 2일 전” 섹션을 참조하십시오.

시술 5일 전

철분 보충제 복용 중단

철분 보충제를 복용하는 경우 시술 5일 전에 복용을 중단하십시오. 철분 보충제는 대변 색 변화를 초래할 수 있습니다. 그로 인해 의사가 대장 상태를 정확하게 확인하는 것이 더 어려워질 수 있습니다.

시술 3일 전

저섬유질 식단 준수

대장내시경 검사 3일 전부터 저섬유질 식단을 따르십시오. 이 기간 동안에는 다음 음식을 섭취하지 마십시오.

- 조리하지 않은 생과일과 야채.
- 통조림 옥수수를 포함한 통 옥수수.
- 통곡물(오트밀, 현미, 퀴노아, 밀가루 빵).
- 씨앗류(양귀비씨, 깨).
- 견과류.

내시경 간호사와 상담

시술 며칠 전에 내시경 간호사에게서 전화가 올 것입니다. 간호사가 본 안내서의 지침을 함께 검토하고 병력에 대해 질문할 것입니다.

복용 중인 약을 검토하고 시술 아침에 복용해야 하는 약도 알려드릴 것입니다.

아래 공란에 내용을 받아적으십시오.

시술 2일 전

다음과 같은 경우가 아니라면 저섬유질 식단을 따르십시오.

- 변비가 잦은 경우.
- 마약성 약물을 복용 중인 경우.
- 과거에 관장이 미흡한 상태로 대장내시경을 받은 적이 있는 경우.

해당 사항이 있다면 저섬유질 식단을 중단하고 다음 지침을 따르십시오.

- 하루 3회 미라랙스 1정(17 g)을 복용합니다. 매번 8온스의 액체와 함께 1정을 복용하십시오. 아침, 점심, 저녁 식사 후 1회 복용하는 것이 좋습니다.
- 완전 유동식을 따르십시오. 완전 유동식 식단을 따르는 중에 섭취할 수 있는 음식은 다음과 같습니다.
 - 요거트(과일 조각이 없는 것).

- 과육이 들어 있지 않은 과일 주스.
- 탄산 음료.
- 야채 조각이 없게 거른 육수 또는 크림 수프.
- 영양제.
- 아이스크림 및 과일 빙과류. 과일, 견과류, 퍼지 또는 땅콩 버터가 혼합되어 있어서는 안 됩니다.

시술 전날

미라랙스 관장 준비

시술 전날 아침에 미라랙스 분말 238 g을 분말이 모두 녹을 때까지 실온의 유동식 64온스와 섞습니다.

미라랙스가 녹으면 냉장고에 혼합물을 넣어도 좋습니다. 이는 선택적입니다.

시술 전날 아침 이전에 미라랙스를 섞지 마십시오.

유동식 준수

시술 전날에는 유동식을 준수해야 합니다. 유동식 때는 맑은 액체만 섭취해야 합니다. “유동식” 표에서 예시를 찾을 수 있습니다.

유동식 식단을 따르고 있는 경우:

- 고형 음식물은 먹지 마십시오.
- 빨간색, 보라색, 주황색 음료는 마시지 마십시오.
- 깨어 있는 동안에는 매 시간마다 맑은 액체를 한 잔(8온스) 이상 마십니다.
- 다른 종류의 맑은 액체를 마십니다. 물, 커피, 차는 마시지 마십시오. 이는 충분한 칼로리를 섭취하는 데 도움이 되며 대장내시경 준비에서 중요한 부분입니다.
- 당뇨가 있으신 분은 무설탕 유동식만 섭취하고 혈당을 자주 점검하십시오. 궁금한 점이 있으면 의료진과 상담하십시오.

유동식		
	마셔도 되는 액체	마시면 안 되는 액체

수프	● 맑은 육수, 부용, 콩소메.	● 건조 식품이나 시즈닝 조각이 있는 식품.
디저트	● 젤로® 등의 젤라틴. ● 다양한 맛의 빙과류. ● 라이프 세이버즈®와 같은 하드 캔디.	● 빨간색, 보라색, 주황색 음료.
음료	● 사과, 화이트 크랜베리, 레모네이드, 청포도 등의 맑은 과일 주스. ● 세븐업®, 스프라이트®, 진저에일, 셀쳐 등의 탄산 음료 ● 게토레이®. ● 블랙 커피. ● 차. ● 물.	● 과육이 들어 있는 주스. ● 과즙 음료. ● 우유 또는 크림. ● 알코올 음료. ● 빨간색, 보라색, 주황색 음료.

시술 시간 숙지

시술 전날 정오(오후 12시) 이후에 직원이 전화를 할 것입니다. 직원이 시술을 위해 병원에 도착해야 하는 시간을 알려줄 것입니다. 월요일에 시술이 예약되어 있는 경우, 전주 금요일에 전화를 드릴 것입니다. 전화를 받지 못한 경우 진료실로 문의하십시오.

시술을 취소해야 하는 경우, 예약된 의사에게 전화하십시오.

관장 시작

1단계: 시술 전날 오후 4시에 비사코딜(5 mg) 2정을 물 한 잔과 함께 복용합니다.

2단계: 오후 4시 15분에 미라렉스 혼합물을 마시기 시작합니다.

1. 오후 4시 15분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
2. 오후 4시 30분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
3. 오후 4시 45분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
4. 오후 5시에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.

그러면 총 4잔의 혼합물을 마시게 됩니다.

- 위 단계를 마쳤으면 미라렉스 혼합물 절반이 남습니다. 나머지 절반의 미라렉스 혼합물을 마실 시간은 도착 예정 시간에 따라 다릅니다. 3단계의 지침을 따르십시오.
- 배변 활동은 대개 혼합물을 처음 마신 후 1시간 내에 시작되지만, 사람에 따라 더 걸릴 수도 있

습니다.

- 미라랙스 절반을 마신 후에 배변 활동이 시작되지 않아도 걱정하지 마십시오. 계속해서 액체를 마시고 남은 미라랙스 절반을 지시에 따라 복용하기 시작하십시오.
- 배변 활동을 마칠 때마다 페트로리움 젤리(바셀란®)나 A&D® 연고를 항문 주변의 피부에 바릅니다. 이는 자극을 방지하는 데 도움이 됩니다.
- 수분을 섭취하고 대장 내용물을 흘려보내기 위해 투명한 액체를 계속 마십니다.

3단계(시술을 위해 오전 11시 전에 병원에 도착하라는 지시를 받은 경우):

시술을 위해 오전 11시 전에 병원에 도착하라는 지시를 받은 경우, 시술 전날 밤에 다음 지침을 따르십시오.

오후 11시에 비사코딜 2정을 물 한 잔과 함께 복용합니다. 그런 다음, 남은 미라랙스 혼합물 절반을 지시에 따라 복용하기 시작합니다.

1. 오후 11시 15분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
2. 오후 11시 30분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
3. 오후 11시 45분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
4. 오전 12시(자정)에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.

미라랙스 혼합물을 남기지 않고 모두 마십니다.

- 예정된 도착 시간 4시간 전까지 투명한 액체를 마실 수 있습니다.
- 시술이 끝날 때까지 아무 것도 먹지 마십시오.

시술 당일

3단계(시술을 위해 오전 11시 후에 병원에 도착하라는 지시를 받은 경우):

시술을 위해 오전 11시 후에 병원에 도착하라는 지시를 받은 경우, 시술 당일 아침에 다음 지침을 따르십시오.

오전 6시에 비사코딜 2정을 물 한 잔과 함께 복용합니다. 그런 다음, 남은 미라랙스 혼합물 절반을 지시에 따라 복용하기 시작합니다.

1. 오전 6시 15분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
2. 오전 6시 30분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
3. 오전 6시 45분에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.
4. 오전 7시에 혼합물 한 잔(8온스)을 마십니다.

미라랙스 혼합물을 남기지 않고 모두 마십니다.

- 예정된 도착 시간 4시간 전까지 투명한 액체를 마실 수 있습니다.
- 시술이 끝날 때까지 아무 것도 먹지 마십시오.

기억해야 할 사항

- 시술 당일 아침에 복용하라고 지시받은 약만 복용하십시오. 소량의 물과 함께 복용합니다.
- 가슴이나 팔에 로션, 크림, 파우더를 바르지 마십시오.
- 바디 피어싱을 포함해 모든 장신구를 제거합니다.
- 신용카드, 귀금속 등의 귀중품은 자택에 두고 옵니다. 귀중품을 보관할 락커는 제공되지 않습니다.
- 콘택트 렌즈를 착용하는 경우 안경을 쓰십시오.

가져와야 하는 물품

- ☐ AICD를 착용 중이고 아직 병원에 카드를 제출하지 않은 경우 신원 확인 카드.
- ☐ 천식용 호흡기(예: 알부테롤, 가지고 있는 경우)
- ☐ 안경 또는 의치 케이스(사용 중인 경우).
- ☐ 의료 대리인 지명서 양식(작성한 경우).

목적지

시술은 다음 중 한 곳에서 진행됩니다.

Endoscopy Suite at Memorial Hospital (MSK's main hospital)
1275 York Avenue (between East 67th and East 68th Streets)
New York, NY 10065

B 엘리베이터를 타고 2층으로 가십시오. 우측으로 돌아 유리문을 통해 수술 및 시술 센터(Surgery and Procedural Center)로 들어가십시오.

MSK의 주차장은 York Avenue와 1st Avenues 사이 East 66th Street에 있습니다. 비용은 212-639-2338로 전화해서 문의하십시오.

David H. Koch Center

530 East 74th St.

New York, NY 10021

엘리베이터를 타고 8층으로 가십시오.

David H. Koch Center for Cancer Care에서 유료 발렛 주차 이용이 가능합니다.

MSK Monmouth

480 Red Hill Road

Middletown, NJ 07748

MSK Monmouth에서는 무료 주차가 가능합니다.

진행 과정

많은 병원 관계자가 이름과 스펠링, 생년월일을 물어볼 것입니다. 이것은 환자의 안전을 위해서입니다. 이름이 같거나 비슷한 사람이 환자와 같은 날에 시술을 받을 수 있기 때문입니다.

시술을 위해 환복할 때가 되면 착용해야 하는 병원 가운, 로브, 미끄럼 방지 양말을 받게 됩니다.

시술 전에 의사와 만나게 됩니다. 의사가 시술을 설명하고 환자의 질문에 답변해 드릴 것입니다.

마취전문의와도 만나게 됩니다. 마취전문의가 환자의 병력을 함께 검토하고 어떤 마취제(환자를 수면 상태로 만들어 주는 약품)를 사용할 것인지 알려 줄 것입니다.

대장내시경 검사 시간이 되면 병원 관계자가 시술실로 안내할 것입니다. 무릎을 굽히고 왼쪽으로 눕게 됩니다.

의료진이 주로 팔이나 손의 정맥에 정맥(IV) 라인을 삽입합니다. IV를 통해 마취제가 전달되면 잠이 듭니다. 잠에 들면 의사가 시술을 시작합니다.

의사가 직장에 대장경을 넣습니다. 대장경은 비디오 모니터에 연결되어 있습니다. 의사는 이를 통해 대장 내부를 확인합니다. 의사는 공기와 물을 사용해 대장경을 대장 안으로 움직이면서 비디오

모니터에 이상한 것이 보이는지 살펴봅니다.

시술 소요 시간은 대개 60분(1시간) 미만입니다.

자주 묻는 질문들(FAQ)

관장 준비 과정에서 혼합물을 모두 마시기 전에 묽은 변을 보기 시작했습니다. 그래도 나머지 혼합물을 모두 마셔야 합니까?

예. 안전하고 완벽한 대장내시경을 위해서는 혼합물을 모두 마시고 대장을 완전히 비워야 합니다.

혼합물을 마신 후에 메스꺼움(오심)이 느껴집니다/구토를 했습니다. 어떻게 해야 합니까?

많은 사람들이 혼합물을 마실 때 오심을 느끼곤 합니다. 이러한 증상을 완화하려면 좋아하는 투명한 액체에 미라맥스 분말을 섞어 보십시오.

메스꺼움이 느껴지면 천천히 마시면서 휴식을 취하십시오. 즉, 위를 비우기 위해 30-45분 정도 액체를 마시는 것을 중단하십시오. 차게 먹는 것을 선호하는 경우 휴식을 취하는 동안 혼합물을 냉장고에 보관하십시오. 휴식을 취한 후 혼합물을 천천히 마시면서 관장을 다시 수행하십시오. 빨대가 있는 경우 빨대를 사용해 보십시오.

구토를 했다면 30-45분 정도 휴식을 취하십시오. 자택에 항구토제가 있는 경우 1회분을 복용한 후 관장을 다시 시작하십시오. 체수분을 유지하기 위해 좋아하는 투명한 액체를 마셔도 좋습니다. 안전하고 완벽한 대장내시경을 위해서는 혼합물을 모두 마시고 대장을 완전히 비우는 것이 중요합니다.

시술 후

간호사가 심장, 호흡, 혈압을 지속적으로 모니터링할 것입니다. 많은 분들이 대장내시경 후에 더부룩한 느낌과 위경련을 겪습니다. 이러한 현상은 정상적인 것이며 배 속의 가스가 몸밖으로 배출되면 사라집니다.

환자의 의식이 완전히 돌아오면 간호사가 IV를 제거합니다. 환자를 기다리는 보호자가 있으면 간호사가 귀가 전에 두 분께 퇴원 지침을 설명해 드립니다.

자택에서

- 퇴원하자마자 가벼운 음식을 바로 드셔도 좋습니다. 처음에는 맵고, 기름지고, 튀긴 음식물을

피하십시오. 차근차근 일반식으로 돌아가십시오. 의사가 일정 기간 동안 식단을 제한해야 한다고 판단하는 경우 따로 말씀해 드릴 것입니다.

- 시술 후 24시간 동안은 알콜 음료를 마시지 마십시오.
- 시술 후 24시간이 지나면 일반적인 활동으로 복귀하셔도 됩니다.

생검을 한 경우에는 직장에서 소량의 출혈이 있는 것이 정상입니다. 출혈은 몇 방울 정도이며, 시술 후 24시간 내에 멈춰야 합니다.

대장내시경 후에는 배변 활동이 불규칙적이거나 평상시와 다른 것이 정상입니다. 이러한 현상은 시술 후 1주까지 계속될 수 있습니다.

의료진에게 전화해야 하는 경우

다음 중 하나라도 속하면 의료진에게 전화하십시오.

- 101 °F(38.3 °C) 이상의 열.
- 심각한 위통 또는 팽만감.
- 24시간 이상 지속되는 직장 출혈.
- 배변 활동 사이의 출혈.
- 쇠약, 현기증 또는 메스꺼움.
- 심한 직장 출혈.

궁금한 점이 있으시면 의료진에게 직접 연락해 주십시오. MSK 환자인 경우 오후 5시 이후 화요일 또는 공휴일에 의료진에게 연락해야 한다면 212-639-2000으로 전화하십시오.

추가 자료는 www.mskcc.org/pe의 가상 라이브러리에서 확인하실 수 있습니다.

How to Prepare for Your Colonoscopy Using MiraLAX® - Last updated on July 17, 2023

모든 권리는 Memorial Sloan Kettering Cancer Center가 소유하고 보유합니다