



患者及照护者教育

如何用 **MiraLAX®** 完成结肠镜检查准备

此信息将帮助您为使用聚乙二醇 (MiraLAX®) 进行的结肠镜检查做好准备。

关于您的结肠镜检查

结肠镜检查是一项让医生观察您的结肠（大肠）内部的检查。医生将使用结肠镜检查您的结肠。结肠镜是一根带摄像头的软管。检查图像将显示在视频显示器上。

在手术期间，您的医生可以：

- 取少量组织样本（活体组织检验）进行检测。
- 切除息肉（组织的赘生物）。
- 为结肠内部拍照。

手术前必须排空结肠。如果结肠内有粪便（大便），医生可能会看不到结肠内的息肉或其他问题。如果发生这种情况，您可能需要重复接受医疗程序。

请认真遵守这些说明。如果您有任何疑问，请联系医生办公室。

术前 1 周 询问您的服药情况

您可能需要在术前停用某些药物。您需要与您的医生讨论停用哪些药物对您是安全的。我们在下面列举了一些常见的例子。

抗凝剂（血液稀释剂）

血液稀释剂是一种可以影响血液凝固方式的药物。如果您正在使用血液稀释剂，比如为了治疗血栓或预防心脏病发作或中风，请咨询给您开处方的医生应该何时停止使用。

以下是常见血液稀释剂的示例。 还有其他类型的血液稀释药物，请务必确保您的医疗团队了解您服用的所有药物。 请勿在未咨询您的医疗团队成员的情况下停用您的血液稀释剂药物。

- 阿哌沙班 (艾乐妥®)
- 阿司匹林
- 塞来昔布 (西乐葆®)
- 西洛他唑 (Pletal®)
- 氯吡格雷 (波立维®)
- 达比加群 (泰毕全®)
- 达肝素 (法安明®)
- 双嘧达莫 (潘生丁®)
- 依度沙班 (Savaysa®)
- 依诺肝素 (Lovenox®)
- 磺达肝癸钠 (Arixtra®)
- 肝素 (皮下注射)
- 美洛昔康 (莫比可®)
- 非甾体抗炎药 (NSAID)，如布洛芬 (Advil®, Motrin®) 和萘普生 (Aleve®)
- 己酮可可碱 (巡能泰®)
- 普拉格雷 (Effient®)
- 利伐沙班 (拜瑞妥®)
- 柳氮磺胺吡啶 (Azulfidine®, Sulfazine®)
- 替格瑞洛 (倍林达®)
- 亭扎肝素 (Innohep®)
- 华法林 (Jantoven®, Coumadin®)

糖尿病药物

请咨询为您开具糖尿病药物处方的医疗保健提供者，您在医疗程序前一天和第二天早晨应该怎么做。 告诉医生，在手术前一天，您需摄入无糖清流质饮食。

请勿在手术前一天或手术当天服用下列药物：

- 二甲双胍（如 Glucophage® 或 Glumetza®）。
- 含有二甲双胍的药物（如 Janumet®）。

安排人接您回家

疗程后请务必确保有一名负责的照护者接您回家。负责的照护者必须能够帮助您安全回到家中。如果他们有任何问题，应能够联系您的医疗团队。请务必在疗程开始前将此事安排好。

如果没有负责的照护者接您回家，您可以致电以下服务机构。他们会安排人送您回家。此项服务需要付费，并且您需要提供交通工具。您可以乘坐出租车或使用汽车服务，但必须保证有一个负责的照护者陪同。

纽约的服务机构

VNS 健康：888-735-8913

Caring People：877-227-4649

新泽西的服务机构

Caring People：877-227-4649

如有需要，可以请医生出具书面文件。

手术前您需要获得一份许可函。许可函是指说明您可以安全接受手术的文件。您必须至少在手术前 1 天向 MSK 医生办公室提交许可函。

自动植入式心脏复律除颤器 (AICD)

如果您体内有自动植入式心脏复律除颤器 (AICD)，请告诉 MSK 医生 您需要请心脏科医生（心脏医生）开具许可函。

其他症状

如果您在过去 6 周内出现以下任何症状，则您需要请您的心脏科医生（心脏医生）开具许可函。

- 胸痛。
- 新出现的或不断加剧的呼吸困难。
- 晕厥。

购买用品

您需要为肠道准备购买以下用品：

- 4 片 (5 mg) 比沙可啶 (Dulcolax®)。通常以 10 片一盒售卖。
- 1 瓶 (238 g) 聚乙二醇 (MiraLAX®)。
- 64 盎司非红色、紫色或橙色的透明液体。您需要将此液体与 MiraLAX 混合。在室温下储存。
 - Gatorade® 或 Powerade® 等运动饮料是不错的选择。运动饮料可以帮助补充肠道准备期间流失的电解质。
 - 如果您患有糖尿病，请务必服用无糖的透明液体。

如有需要，请购买额外用品

如果您对以下任一问题的回答为是，那么您可能需要购买额外用品：

- 您是否有便秘的倾向（排便困难）或者每周排便次数少于 3 次吗？
- 您是否服用麻醉剂（阿片类）药物？如果您不确定，请询问您的医疗保健提供者。阿片类药物包括：
 - 芬太尼（Duragesic®、Subsys®）
 - 吗啡（DepoDur®、Duramorph®）
 - 氢可酮（Vicodin®）
 - 羟考酮（Oxycontin®、Percocet®）
- 您是否做过结肠镜检查，但准备工作不到位（结肠中存在粪便）？

如果您对上述任一问题的回答为是，那么您可能需要购买 MiraLAX®。您可以购买一盒 10 包（17 克）的粉末或一瓶（119 克）的粉末。

您需要购买更多液体，用于全流质饮食。请阅读“结肠镜检查前 2 天”章节查看可饮用液体示例。

手术前 5 天

停止服用补铁剂

如果您正在服用补铁剂，请在手术前 5 天停止服用。补铁剂会导致粪便变色，这会使医生更难以看清结肠。

医疗程序前 3 天

遵循低纤维饮食

在结肠镜检查前 3 天开始遵循低纤维饮食。在此期间，请勿进食下述食物：

- 生（未经烹饪的）水果和蔬菜
- 整粒玉米，包括罐装玉米。
- 全麦食品（如燕麦片、糙米、藜麦或小麦面包）。
- 瓜果籽（如罂粟或芝麻）。

- 坚果。

咨询内镜护士

在手术前几天，内镜护士会给您打电话。他们将与您一起查看本指南中的说明，并询问关于您病史的问题。

护士也会检查您的药物，并告诉您在手术当天的早晨该吃哪种药。

请在下方空白处填写。

手术前 2 天

坚持低纤维饮食，除非您：

- 经常便秘。
- 服用麻醉剂药物。
- 曾做过结肠镜检查，但准备工作不到位。

如您符合其中任一项，请停止低纤维饮食并遵循以下说明：

- 服用一剂（17 克）MiraLAX，每天 3 次。每次每剂用 8 盎司液体送服。您可在早餐、午餐和晚餐时服用。
- 遵循全流质饮食 在全流质饮食期间，您可以摄入以下食品：
 - 酸奶（不含任何水果切片）。
 - 不含果肉的果汁。
 - 苏打。
 - 肉汤或过滤奶油汤，不含蔬菜切片。
 - 营养补充剂。

- 冰淇淋和水果冰。食物中不得混有任何水果、坚果、软糖或花生酱。

手术前一天

为 MiraLAX 肠道准备做准备

在手术前一天的早晨，将全部（238 克）MiraLAX 粉末与 64 盎司常温透明液体混合，直至 MiraLAX 粉末溶解。

当 MiraLAX 溶解后，可将混合液放入冰箱保存。此项为可选项。

请勿早于医疗程序前一天的早晨混合 MiraLAX。

遵循清流质饮食

在医疗程序前一天，您需要遵循清流质饮食。清流质饮食仅包括您能一眼看清至杯底的液体。相关示例请参考“清流质饮食”表格。

在遵循清流质饮食时：

- 请勿食用固体食物。
- 请勿饮用红色、紫色或橙色液体。
- 在您清醒的情况下，尽量每小时至少饮用 1 杯（8 盎司）液体。
- 饮用不同类型的清流质。请勿只喝水、咖啡和茶。这有助于确保您摄入足够的热量，也是结肠镜检查准备的重要环节。
- 如果您患有糖尿病，请仅服用无糖的透明液体，并且应经常检查血糖水平。如果您有任何问题，请咨询您的医疗保健提供者。

清流质饮食		
	可以饮用	不可以饮用
汤类	● 清澈的浓汤、肉菜清汤或法式清汤。	● 任何含有干制食物或调味料的食物。
甜品	● 果冻，比如 Jell-O®。 ● 各种口味的冰品。 ● 硬糖，比如 Life Savers®。	● 红色、紫色或橙色液体。
饮品	● 透明的果汁，比如苹果汁、白色蔓越莓汁、柠檬水或葡萄汁。	● 含果肉的果汁。 ● 果肉饮料 (Nectars)。

● 汽水，比如七喜®、雪碧®、姜汁汽水或塞尔兹水(seltzer)。 ● Gatorade®。 ● 黑咖啡。 ● 茶。 ● 水。	● 牛奶或奶油。 ● 酒精饮料。 ● 红色、紫色或橙色液体。
--	--

请注意您的手术时间

工作人员将在您手术前一天的中午（中午 12 点）过后打电话给您。工作人员将告知您到医院进行该手术的时间。如果您的手术安排在周一，工作人员将在前一个星期五通知您。如果您没有接到电话，您可以致电您的医生办公室。

如果您需要取消手术，请致电为您安排手术的医生。

开始肠道准备

第 1 步：在您手术前一天的下午 4 点，随水口服 2 片比沙可啶 (5mg)。

第 2 步：在下午 4:15，开始喝 MiraLAX 混合液。

1. 在下午 4:15，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
2. 在下午 4:30，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
3. 在下午 4:45，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
4. 在下午 5 点，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。

您总共要喝下 4 杯混合液。

- 完成后，将剩余一半的 MiraLAX 混合液。饮用下半杯 MiraLAX 混合液的时间取决于您计划到达的时间。请按照步骤 3 的说明进行操作。
- 排便通常在饮用第一剂后的 1 小时内开始，但有些人可能需要更长的时间。
 - 如果您在喝了上半杯 MiraLAX 后没有开始排便，请不要担心。继续饮用液体，并按照说明开始饮用下半杯 MiraLAX。
- 每次排便后，您可以在肛门周围的皮肤上涂抹凡士林 (Vaseline®) 或 A&D® 软膏。这有助于防止皮肤刺激。
- 继续喝透明液体以保持水分充足并冲洗结肠。

第 3 步（如果您被告知要在上午 11 点之前到达医院接受手术）：

如果您被告知要在上午 11 点之前到达医院接受手术，请在手术前一晚遵循下列指示：

在下午 11 点，随水口服 2 片比沙可啶。然后，开始喝下半杯 MiraLAX 混合液。

1. 在夜晚 11:15，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
2. 在夜晚 11:30，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
3. 在夜晚 11:45，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
4. 在凌晨 12:00（午夜），饮用 1 杯（8 盎司）混合液。

一定要喝完整杯 MiraLAX 混合液。

- 在计划到达时间之前的 4 小时内，您可以继续饮用透明液体。
- 手术前请勿进食。

手术当天

第 3 步（如果您被告知要在上午 11 点或之后到达医院接受手术）：

如果您被告知要在上午 11:00 或之后到达医院接受手术，请在手术当天的早晨遵循下列指示：

在上午 6 点，随水口服 2 片比沙可啶。然后，开始喝下半杯 MiraLAX 混合液。

1. 在上午 6:15，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
2. 在上午 6:30，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
3. 在上午 6:45，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。
4. 在上午 7 点，饮用 1 杯（8 盎司）混合液。

一定要喝完整杯 MiraLAX 混合液。

- 在计划到达时间之前的 4 小时内，您可以继续饮用透明液体。
- 手术前请勿进食。

需要记住的事项

- 只服用医生指示您在手术当天早上服用的药物。请喝几口水送服。
- 请勿在胸脯或胳膊上涂抹任何乳液、护肤霜或粉体物质。
- 请取下所有的首饰，包括身体穿孔。
- 请将所有贵重物品，如信用卡和珠宝首饰，留在家中。我们不提供存放贵重物品的储物柜。
- 如果您平时戴隐形眼镜，请换上镜框眼镜。

需随身携带的物品

- ☐ 您的钱包卡（如果您体内有 AICD 且您的卡尚未在医院进行存档）。
- ☐ 如果您有急救吸入器（如治疗哮喘的沙丁胺醇），请带上它。
- ☐ 镜框眼镜或假牙（如有佩戴）。
- ☐ 您的医疗保健代表委托书（如果您已完成）。

前往何处

您将在以下两个地点中的一个接受手术：

Memorial Hospital（MSK 主医院）的内镜室

约克大道 1275 号（东 67 大街与东 68 大街之间）

纽约，邮编 NY 10065

请乘坐 B 电梯至 2 楼。右转，通过玻璃门进入外科手术中心。

MSK 停车场位于约克大道和第一大道之间的东 66 大街。如果您对价格有任何疑问，请致电 212-639-2338。

David H. Koch 中心

东 74 大街 530 号

纽约，邮编 NY 10021

请乘坐电梯至 8 楼。

David H. Koch 癌症治疗中心提供付费泊车服务。

MSK Monmouth

米德尔敦镇，红山道 480 号

邮编 NJ 07748

在 MSK Monmouth 可免费停车。

可能发生的情况

许多工作人员会要求您说出并拼写出您的姓名和出生日期。这是为了保障您的安全。因为姓名相同或相似的患者可能会在同一天接受手术。

当您该手术更衣时，您将领取医院病号服、长袍和防滑袜。

您将在手术之前与您的医生见面。他们将向您解释手术，并回答您可能问及的问题。

您将与您的麻醉师会面。他们会和您一起查看您的病史，并和您讨论您将接受的麻醉（使您睡着的药物）。

当到了结肠镜检查时间时，工作人员会将您带到手术室。您将左侧卧平，膝盖弯曲。

医疗保健提供者会将静脉注射 (IV) 导管置入静脉（通常选择手臂或手上的静脉）。麻醉药将通过静脉注入您的身体，让您睡着。当您入睡之后，医生会开始做手术。

医生会将结肠镜放入您的直肠。结肠镜将连接到视频显示器上。这样医生就能看到您的结肠内部。医生会利用空气和液体推动结肠镜沿着整个结肠移动，同时在视频显示器上观察异常情况。

该手术通常需要不到 60 分钟（1 小时）。

常见问题 (FAQ)

我正在喝配制品，还未喝完便出现了稀便、水样便。我需要喝掉剩余的配制品吗？

是的。您必须喝下所有的配制品，彻底排空结肠，以保证安全、完整地、完成结肠镜检查。

服用肠道配制品后，我觉得恶心或确实呕吐了。我应该怎么办？

很多人在服用肠道配制品时会感到恶心。为了缓解恶心，可以试着将 MiraLAX 粉末与您

爱喝的透明液体混合。

如果您想呕吐，请慢慢喝，休息一下。这意味着您应该停止饮用液体 30 到 45 分钟，以便排空空胃。在您休息的时候，您可以将准备好的液体放入冰箱（如个人喜好冷饮）。休息过后，再试着慢慢喝下配制品。使用吸管（如果有）。

如果您吐了，请休息 30 到 45 分钟。如果家里有抗恶心的药物，您可以先服用 1 剂，然后再次饮用配制品。您可以喝任何您喜欢的透明液体，以保持水分充足。您必须喝下所有的配制液体，彻底排空结肠，以保证安全、完整地¹完成结肠镜检查。

手术后

护士将继续监测您的心脏、呼吸和血压。许多人在接受结肠镜检查后会觉得腹胀并出现胃痉挛。这是正常现象，通常会随着肛门排气而消退。

当您完全清醒后，您的护士将移除您的静脉管路。如果有人陪您一起等待，您的护士将在您出院回家前向你们解释出院后的相关注意事项。

居家

- 您一出院就可以开始吃低热量食品。避免辛辣、油腻、油炸食物。努力恢复正常饮食。如果医生希望您在这段时间内限制饮食，他们会告诉您。
- 手术后 24 小时内不要饮用酒精饮料。
- 您可以在手术后 24 小时恢复正常活动。

如果您接受了活体组织检验，直肠少量出血是正常的。出血量极少，不超过几滴。出血应在术后 24 小时内停止。

结肠镜检查后，排便不规律或与平时的习惯不同是正常的。手术后这种情况可能会持续一周。

何时电话联系您的医疗保健提供者

如果出现以下任何一种情况，请您联系您的医疗保健提供者：

- 发热 $\geq 101^{\circ}\text{F}$ (38.3°C) 。
- 严重的胃痛或腹胀。

- 直肠出血超过 24 小时。
- 排便间歇间出血。
- 虚弱、昏厥或恶心。
- 直肠严重出血。

如果您有任何疑问，请直接联系您的医疗团队成员。如果您是 MSK 的患者，并需要在 下午 5:00 周末或节假日联系医务人员，请您致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

How to Prepare for Your Colonoscopy Using MiraLAX® - Last updated on July 17, 2023
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利