Memorial Sloan Kettering Cancer Center

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。

结肠镜检查前 1 周

询问用药情况

您可能需要在术前停用某些药物。 您需要与您的医疗保健提供者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®)
- 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®)

- 磺达肝癸钠 (Arixtra®)
- 肝素（皮下注射）
- 华法林 (Jantoven®、Coumadin®)

Medicines for diabetes

If you take insulin or other medicines for diabetes, you may need to change the dose. Ask the doctor who prescribes your diabetes medicine what to do the day before and the morning of your procedure.

Do not take these medicines the day before or the day of your procedure:

- Metformin, such as Glucophage® or Glumetza®.
- Medicine that contains metformin, such as Janumet®.

安排人接您回家

疗程后请务必确保有一名负责任的照护者接您回家。负责任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。

如果没有负责任的照护者接您回家，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任的照护者陪同。

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这些用品： 肠道准备通常被称为备肠。

- 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，请选用额外用品

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，那么您可能需要额外购买 MiraLAX。 您可以购买一盒 10 包（17 克）的粉末或 1 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。

结肠镜检查前 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。

结肠镜检查前 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、午餐和晚餐时各服用 1 剂。
- 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。

结肠镜检查前 1 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，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。	• 任何含有干食物块或调味品的食品。
甜品	• 果冻，比如 Jell-O®。 • 各种口味的冰品。 • 硬糖，如 Life Savers® 和柠檬糖果。	• 红色、紫色或橙色液体。 • 所有其他甜品。
饮品	• 透明果汁，如柠檬水、苹果汁、白色蔓越莓汁和白葡萄汁等。	• 红色、紫色或橙色液体。 包括红色、紫色和橙色的果汁、苏打水和运动饮料。

	• 汽水（如姜汁汽水、七喜®、雪碧® 或苏打水）。 • 运动饮料，如佳得乐® 和 Powerade®。 • 咖啡（不含牛奶或奶精）。 • 茶（不含牛奶或奶精）。 • 水，包括碳酸（气泡）水和加味水。	• 含果肉的果汁。 • 果肉饮料 (Nectars)。 • 冰沙或奶昔。 • 牛奶、奶油和其他乳制品。 • 坚果奶、植物奶、非乳制品奶油和其他乳制品替代品。 • 含酒精的饮料。

请注意您的手术时间

入院处的一名工作人员将在您的手术前一天中午 12:00 后致电联系您。 如果您的手术安排在周一，他们会在周五提前致电联系您。

工作人员会告知您应该于何时到达医院接受手术。 他们还会提醒您接受手术的地点。 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 4:00，随水吞服 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. 下午 4:30，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。
3. 下午 4:45，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。
4. 下午 5:00，喝下 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。 饮用后半程 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。
  - 如果您在喝了前半程 MiraLAX 后没有开始排便，请不要担心。 继续饮用清流质，并按照说明开始饮用后半程 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。
- 继续饮用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：

晚上 11:00，用水吞服 2 片比沙可啶。 然后，开始喝下后半程 MiraLAX 混合液。

1. **晚上 11:15**，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。
2. **晚上 11:30**，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。
3. **晚上 11:45**，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。
4. **凌晨 12:00（午夜）**，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。

一定要喝完所有 MiraLAX 混合液。

- 在计划到达时间前 4 小时，您可以饮用清流质。
- 手术前请勿进食。

结肠镜检查当天

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，开始喝下后半程 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。

注意事项

- 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。

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医疗程序：

- □ **Memorial Hospital（MSK 主医院）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。
- □ **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。

- MSK Monmouth
  红山道 480 号
  米德尔敦镇，邮编 NJ 07748

请访问 www.msk.org/parking 获取相关地点的停车信息。

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?

可以。 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、完整地完成结肠镜检查。

结肠镜检查之后

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。 如果医生希望您在一段时间内限制饮食，他们会告诉您。
- 手术后 24 小时内请勿饮用任何含酒精的饮料。
- 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 ≥ 101 °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。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you’re not sure how to reach your healthcare provider, call 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 May 20, 2024

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利