



病人與照護者教育

如何使用 MiraLAX 為結腸鏡檢查作準備

本資訊將幫助您使用聚乙二醇（polyethylene glycol，商品名 MiraLAX[®]）為您在 Memorial Sloan Kettering (MSK) 的結腸鏡檢查作準備。

結腸鏡檢查是對整個結腸（大腸）所作的檢查。您的醫生將使用一條叫結腸鏡的軟管深入結腸，在影像監視器上觀察內部情形。在檢查過程中，您的醫生可能會取下一小塊化驗用的組織樣本（切片），切除息肉（組織生長），並且為結腸內部拍照。

請仔細依照這些指示進行。您的結腸在做結腸鏡檢查時必須清空，這點非常重要。若結腸內有糞便，您的醫生可能無法看到結腸內部的息肉或其他問題，導致您可能必須重做檢查。如有任何問題，請聯絡醫生辦公室。

檢查前 1 週

詢問您的用藥情形

在檢查前，您可能需要停止服用某些藥物或更改劑量。以下是一些常見例子。

- 如果您正在服用血液稀釋藥物，例如治療血栓或預防心臟病或中風的藥物，請詢問開藥的醫生應何時停止服用。血液稀釋劑的一些例子包括華法林（warfarin，商品名 Coumadin[®]）、達肝素（dalteparin，商品名 Fragmin[®]）、肝素（heparin）、亭扎肝素（tinzaparin，商品名 Innohep[®]）、依諾肝素（enoxaparin，商品名 Lovenox[®]）、氯吡格雷（clopidogrel，商品名 Plavix[®]）及西洛他唑（cilostazol，商品名 Pletal[®]）。還有其他藥物也是血液稀釋劑，若不確定請詢問醫生。

- 如果您正在使用胰島素或其他糖尿病藥物，則可能需要改變劑量。請詢問開糖尿病藥物的醫生您在檢查前一天及當天早上應當怎麼做。告訴醫生您在檢查前一天將飲用無糖的清澈流質。如果您服用甲福明（**metformin**）或含有甲福明的藥物，請勿在檢查前一天或當天服用。

取得醫生許可函

- 如果您裝了植入式自動心臟去顫器 (AICD)，需在檢查前取得心臟科醫生的許可函。
- 如果您過去六週以來曾發生過胸痛，出現新的呼吸困難問題或老毛病惡化，或者曾經暈倒，則需在檢查前取得醫生的許可函。
- MSK 醫生的辦公室必須在檢查前至少 1 天收到您的許可函。

安排一個人帶您回家

您必須找一位年滿 18 歲的人在檢查後帶您回家。如果您找不到人，請致電以下任何一個機構。他們將派人陪您回家，但此項服務需要收費，而且您需要負責提供交通工具。

紐約：

Partners in Care 888-735-8913

Prime Care 212-944-0244

紐約或新澤西：

Caring People 877-227-4649

避吃某些食物

從您做結腸鏡檢查前 1 週開始，不要吃新鮮水果和蔬菜、玉米粒、穀物或種籽（例如罌粟籽或芝麻），或是堅果。這些食物難以消化，可能會使醫生在結腸鏡檢查時難以看清。

購買用品



購買您為結腸鏡檢查作準備所需的用品。所有這些用品都可在藥房的開架式藥品區找到，不需要醫生處方。

- 4 (5 mg) 片秘可舒 (bisacodyl, 商品名 Dulcolax[®]) 藥錠。市售包裝通常為一盒 10 片。
- 238 克聚乙二醇 (polyethylene glycol, 即 MiraLAX)。
- 64 盎司除了紅色、紫色和橙色以外的任何清澈流質，可自行選擇。
 - 我們建議您準備 Gatorade[®]或 Powerade[®]一類的運動飲料，以補充您在腸道準備時所流失的電解質。如果您有糖尿病，Smart Water[®]是好的選擇，因為它不含糖。
- 可趁這時間多準備一些清澈流質，以備您檢查前一天飲用。

請回答以下問題，以判斷您是否需要準備其他任何用品：

- 您是否有便秘傾向（排便困難）？
- 您是否服用麻醉（鴉片類）藥物，例如吩坦尼 (fentanyl)、嗎啡、氫可酮 (hydrocodone, 商品名 Vicodin[®]、MS Contin[®])、氧可酮 (oxycodone, 商品名 Oxycontin[®]、Percocet[®])？如不確定，請詢問您的醫療保健業者。
- 您是否曾做過結腸鏡檢查但準備不足？

如果您對以上任何問題的回答為「是」，就必須加購以下用品：

- 額外 3 個劑量（共 51 克）的 MiraLAX。您可以多買一小瓶或幾包隨身包。
- 額外流質，以實施全流質飲食。請參考「檢查前 2 天」之下所列的可飲用流質範例。

檢查前 3 天

在檢查前幾天，您將接到一名內視鏡檢查護士的電話。他（她）將與您一同核對本指南中的指示，並詢問有關您病史的問題。該名護士還會核對您的用藥情況，並告訴您檢查當天早上可服用哪些藥物。請將這些藥物寫在下方空白處。



檢查前 2 天

如果您有便秘傾向，正在服用麻醉（鴉片類）藥物，或曾做過結腸鏡檢查但準備不足：

- 早餐、午餐和晚餐時，用 1 瓶蓋（17 克）MiraLAX 加水稀釋後飲用。
- 實施全流質飲食：
 - 酸奶（不含任何水果粒）
 - 不含果粒的果汁
 - 汽水
 - 清湯或已過篩的濃湯
 - 營養補充品（例如 Ensure[®]）
 - 冰淇淋和果味冰（不含任何水果粒）

如果您沒有上述任何問題，請繼續避開新鮮水果和蔬菜、玉米粒、穀物或種籽（例如罌粟籽或芝麻），以及堅果。請直接跳到「檢查前 1 天」部分。

檢查前 1 天

準備進行 MiraLAX 腸道準備

在檢查前一天早上，將全部 238 克 MiraLAX 粉末倒入一個空容器中。倒入 64 盎司常溫流質（例如 Gatorade、Smart Water）。攪拌溶液，直到粉末完全溶解為止。將 MiraLAX 溶液放入冰箱。許多人覺得冰過比較好喝。不要在檢查前一天上午前過早調製 MiraLAX。

實施全流質飲食

- 檢查前一整天不要吃任何固體食物。
- 結腸鏡檢查前一天不要喝任何紅色、紫色或橙色的流質。
- 除了白開水、咖啡和茶以外，請務必喝大量流質。喝充分流質是結腸鏡檢查準備的一個重要部分。請試著在醒著的時候至少每小時喝 1 杯（8 盎司）流質。
- 如果您有糖尿病，則只能喝無糖的清激流質，並且應經常測量血糖。如有任何問題，請詢問您的醫療保健業者。

清激流質飲食	
能喝	不能喝
<ul style="list-style-type: none">• 清激的果汁，例如白蔓越莓汁、白葡萄汁、蘋果汁• 清激的雞高湯、牛肉高湯或法式高湯• 水• 汽水• 果凍（例如 Jell-o®）• 加味冰品、冰棒（例如 Popsicles®）• 茶或黑咖啡（不加奶）	<ul style="list-style-type: none">• 含果粒的果汁• 冰淇淋• 牛奶• 含奶或不含奶的奶精• 湯麵或蔬菜湯• 不透明的流質

您的檢查時間

住院處的行政人員將於檢查前一天上午 11:00 以後打電話給您。他（她）將告訴您檢查當天應何時



寫下您約定的檢查時間

日期_____時間_____

抵達醫院。如果您的檢查被安排在週一，則前一週的週五會有人打電話給您。如果您沒接到電話，請致電 212-639-7882。

開始進行腸道準備

在您檢查前一天下午 4:00，請口服 2 片秘可舒藥錠並且配一杯白開水。開始喝 MiraLAX 清腸溶液。每 15 分鐘喝 1 杯（8 盎司）溶液，共四次，直到您喝完一半 MiraLAX 溶液。將剩下的 MiraLAX 放回冰箱，等到準備的第二階段再喝。

- 通常喝完第一個劑量後 1 小時之內會開始排便，但有些人更久。
- 如果您在喝完一半 MiraLAX 之後並未開始排出稀便，請不要擔心。繼續喝流質，並依照指示開始喝另一半 MiraLAX。
- 每次排便後，在肛門周圍皮膚擦上凡士林（Vaseline[®]）或 A & D[®]軟膏。這樣能防止刺激。
- 繼續喝清澈流質以補充水分，並能將結腸中的殘餘物沖掉。

□ 若您被告知需要在檢查當天上午 **11:00** 以前抵達，請於晚上 **11:00** 服用 **2** 片秘可舒藥錠，並開始喝另一半 MiraLAX 溶液。每 **15** 分鐘喝 **1** 杯（**8** 盎司），直到您全部喝完為止。若您在喝完另一半 MiraLAX 溶液後仍未開始排出稀便，請致電 **212-639-2000**，要求與待命的胃腸科住院醫師（GI fellow）談話。您可繼續喝清澈流質，直到預計抵達醫院前 **4** 小時為止。在您做完檢查之前，不要吃任何東西。

檢查當天

□ 若您被告知需要在檢查當天上午 **11:00** 或之後抵達，請於結腸鏡檢查當天上午 **6:00** 服用 **2** 片秘可舒藥錠，並開始喝另一半 MiraLAX 溶液。每 **15** 分鐘喝 **1** 杯（**8** 盎司），直到您全部喝完為止。若您在喝完另一半 MiraLAX 溶液後仍未開始排出稀便，請致電 **212-639-2000**，要求與待命的胃腸科住院醫師（GI fellow）談話。您可繼續喝清澈流質，直到預計抵達醫院前 **4** 小時為止。在您做完檢查之前，不要吃任何東西。

需牢記的事項

- 檢查當天早上，您只能服用先前指示可服用的藥物。您可能已將這些藥物寫在本指南第一頁。請配幾小口水吞服。
- 不要擦任何乳液、乳霜、粉末、化妝品或香水。
- 取下任何首飾，包括身體穿環。
- 將所有貴重物品留在家中，例如信用卡和首飾。
- 如果您戴隱形眼鏡，請改戴一般眼鏡。

應攜帶的物品

- 一張列出您在家服用哪些藥物的清單

- 急救吸入器（例如哮喘用的沙丁胺醇，如果您有）
- 眼鏡盒
- 醫療護理委託書（如果您已填寫）

停車位

Memorial Sloan Kettering 的停車場位於東 66 街，介於 1 大道和 York 大道之間。若要到停車場，請從 York 大道轉入東 66 街。停車場位於往 1 大道方向約 1/4 個街區，靠街道右側（北邊）。停車場有行人專用通道可通往醫院。如欲查詢費用，請致電 212-639-2338。排隊進入停車場的車可能很多，尤其是午間時段。您可考慮使用附近的收費停車場，例如東 69 街介於 1 大道和 2 大道之間的停車場，以及東 65 街介於 1 大道和 2 大道之間的停車場。

報到地點

您的檢查將在主院區的內視鏡檢查室進行，地址為 York 大道 1275 號。請搭乘 M 升降機到 2 樓，穿過玻璃門到內視鏡檢查室。

如果您將車停在位於東 66 街和 York 大道的停車場，請循指標找到 A 升降機。搭乘 A 升降機到 2 樓，循指標前往 M 大樓，然後穿過玻璃門到內視鏡檢查室。

預計會發生的情況

當您抵達醫院之後，醫生、護士及其他工作人員將多次請您說出及拼出您的姓名和生日。這是出於安全考量。可能有姓名相同或相似的人在同一天做檢查。

當您換上醫院的袍子之後，護士會插一根靜脈注射 (IV) 導管到您的靜脈中，通常在手或手臂上。您將與麻醉師討論您的病史以及將讓您想睡的麻醉手續。醫生將說明檢查程序，並回答您提出的任何問題。

要做檢查時，會有人帶您進入檢查室並協助您躺上檢查床。您將被連上儀器以監測您的心臟、呼吸和血壓。您也將經由鼻子得到氧氣供應。您將需左側躺，膝蓋彎曲。

您將接受靜脈注射麻醉，這會讓您入睡。一旦您睡著後，醫生將檢查您的直腸。接下來，一根叫結腸鏡的軟管將放入您的直腸。這支結腸鏡連接到一台影像監視器，如此醫生便可看到您的結腸內部情況。醫生將使用空氣和液體讓結腸鏡通過您整段結腸，同時在影像監視器上觀察是否有任何異常。

檢查後

在恢復室中

您將在恢復室中醒來。護士將繼續監測您的心臟、呼吸和血壓。許多人在結腸鏡檢查後會覺得腹脹和胃痙攣。這是正常現象，放屁之後就會消失。一旦您完全清醒，護士會將您的靜脈注射管拔出。如果您有人陪同，護士將在您回家之前向你們兩人說明出院指示。

在家中

- 如果您做了切片，可能會有幾滴血從直腸中滴下來。這是正常現象，但最多應該只有幾滴，且不應持續超過 **24** 小時。
- 檢查過後，您可在 **24** 小時之後恢復正常活動。
- 檢查完 **24** 小時以內不能喝酒精飲料。
- 出院後，請儘快吃一些清淡食物。循序漸進地恢復正常飲食。如果醫生希望您繼續限制飲食一段時間，他（她）會告訴您。

如果您出現以下情況，請致電醫生或護士：

- 發燒到 **101° F (38.3° C)**或更高
- 嚴重腹痛或腹部堅硬
- 直腸出血超過 **24** 小時
- 沒大便時出血
- 虛弱、暈眩或噁心
- 大量出血

如果您有任何問題或顧慮，請向您的醫護團隊反應。他們的聯絡時間是週一至週五，上午 **9:00** 至下午 **5:00**，電話：_____。下午 **5:00** 以後、週末及假日，請撥：_____。若沒列電話或您不確定號碼，請致電：**212-639-2000**。