



환자 및 보호자 안내서

MiraLAX®를 사용하는 결장내시경 검사를 준비하는 방법

본 안내서는 폴리에틸렌 글리콜 (MiraLAX®)을 사용하는 결장내시경 검사를 받기 위해 준비하는 방법을 알려드립니다.

결장내시경 검사는 귀하의 결장(대장) 내부를 귀하의 담당의가 관찰하는 검사입니다. 귀하의 담당의는 결장경(끝에 카메라가 달린 유연한 관)을 사용하여 비디오 화면으로 귀하의 결장 내부를 볼 것입니다. 이과정 동안 귀하의 담당의는 다음을 수행합니다:

- 생체 조직 검사를 위해서 작은 샘플 조직을 제거하기
- 용종(조직 덩어리)을 제거하기
- 결장 내부의 사진을 찍기

내시경 검사를 받기 전에 반드시 다음의 지시 사항을 신중히 따르십시오. 검사를 받기 전에 장을 비우기 위해서 관장을 해야 합니다. 결장내시경 검사를 받기 위해서 결장을 비우는 것이 매우 중요합니다. 만약 결장 내부에 대변(똥)이 있으면 의사가 귀하의 결장 내부에 있을 지 모르는 용종이나 다른 문제점을 볼 수 없을 것이고, 귀하는 이 과정을 반복해야 할 수도 있습니다. 궁금한 점이 있으면 담당의에게 연락하십시오.

내시경 검사 일주일 전

귀하의 귀가를 도와줄 보호자 구하기

귀하는 내시경 검사 후 귀하를 집으로 데려다 줄 책임감 있는 보호자가 있어야 합니다. 내시경 검사 전날까지 보호자를 구하십시오.

귀하를 집으로 데려갈 사람이 없다면 아래의 기관 중 한 군데에 전화하십시오.

귀하와 함께 귀가할 사람을 보내줄 것입니다. 일반적으로 이러한 서비스는 유료이며, 귀하가 교통편을 제공해야 합니다.

뉴욕의 기관

파트너스 인 케어(Partners in Care):

888-735-8913

케어링 피플(Caring People):

877-227-4649

뉴저지의 기관

케어링 피플(Caring People):

877-227-4649

복용 약물에 대해 질문하기

검사를 받기 전에 복용하고 있는 약물을 중단할 필요가 있을지 모릅니다. 귀하가 안전하게 중단할 수 있는 약물에 대해 의사와 상의하십시오. 몇 가지 일반적인 사례를 아래에 나열했습니다.

혈액응고방지제(항혈전제)

귀하가 혈전을 치료하거나 심장마비 또는 뇌졸중을 방지하기 위해 항혈전제를 복용하고 있다면 그 약을 처방한 의사에게 언제 복용을 중단할지 상담하십시오. “흔하게 사용되는 혈액응고방지제(항혈전제)” 표에 제품의 예가 명시되어 있습니다. 다른 제품들도 있으니 확실하지 않다면 귀하의 의사와 상의하십시오.

흔하게 사용되는 혈액응고방지제(항혈전제)		
<ul style="list-style-type: none"> • 아픽사반 (Eliquis®) • 실로스타졸 (Pletal®) • 클로피도그렐 (Plavix®) • 달테파린 (Fragmin®) 	<ul style="list-style-type: none"> • 에녹사파린 (Lovenox®) • 폰다파리누스 (Arixtra®) • 헤파린 	<ul style="list-style-type: none"> • 리마록사반 (Xarelto®) • 틴자파린 (Innohep®) • 와파린 (Coumadin®)

당뇨병 치료제

만약 당뇨병을 치료하기 위해서 인슐린이나 다른 약물을 복용하고 있다면 용량을 바꿔야 할 수 있습니다. 귀하의 당뇨병 치료제를 처방한 의사에게 내시경 받기 하루 전과 당일에 어떻게 해야 할지 물어보십시오. 귀하의 의사에게 내시경 검사를 받기 하루 전에 투명한 무당 음료를 마셔야 할 것이라고 말하십시오.

만약 귀하가 메트포르민(예: Glucophage® 또는 Glumetza®)이나 메트포르민이 포함된 약물(예: Janumet®)을 복용한다면 내시경 검사를 받기 전날과 당일에는 복용하지 마십시오.

자동이식형 제세동기(AICD)가 이식되어 있다면 담당의에게 알려주십시오

귀하의 몸에 자동이식형 제세동기(AICD)가 이식되어 있다면 메모리얼 슬로안 케터링(MSK) 센터의 담당의에게 알려주십시오.

필요하다면 주치의로부터 소견서를 받으십시오

- 귀하의 몸에 자동이식형 제세동기(AICD)가 이식되어 있다면 내시경 검사를 받기 전에 귀하의 심장병전문의(심장 질병 의사)로부터 허가서를 받아야 할 것입니다. 허가서란 귀하가 안전하게 내시경 검사를 받을 수 있다고 쓰여진 문서입니다.
- 만약 이전에는 느끼지 못했거나 이전보다 심해진 흉통, 현기증, 호흡 곤란 증상이 있거나 지난 6주 이내에 기절할 적이 있다면, 내시경 검사를 받기 전에 귀하의 주치의로부터 진료를 받은 후 허가서를 받아야 할 것입니다.

귀하의 MSK 센터 담당의는 늦어도 내시경 검사 전날까지 허가서를 받아야만 합니다.

물품 사기

관장을 위해 다음의 물품을 사야 합니다:

- 바이사코딜 (Dulcolax®) 4정(5 밀리그램 용량). 이 약품은 일반적으로 한 박스에 10정이 들어 있습니다.
- 폴리에틸렌 글리콜 (MiraLAX®) (238 그램 용량) 1 병.
- 빨강, 보라, 또는 오렌지 색이 아닌 투명한 액체 64 온스. 이 음료를 MiraLAX와 섞어야 할 것입니다. 상온에 보관하십시오.
 - Gatorade® 나 Powerade®같은 스포츠 음료가 좋습니다. 스포츠 음료는 장을 비우는 동안 잃게 되는 전해액을 보충하도록 도울 것입니다.
 - 만약 당뇨병이 있다면 반드시 투명한 무당 음료를 준비했는지 확인해야 합니다.

어떤 분들은 다른 물품이 필요할 수 있습니다. 다른 물품이 필요한지 알려면 아래의 질문을 하십시오:

- 변비가 있는 편(귀하에게 정상적인 것보다 배변 보는 횟수가 적은 경우)이거나 배변을 일주일에 3회 미만으로 보니까?
- 귀하는 펜타닐(Duragesic®, Subsys®), 몰핀(DepoDur®, Duramorph®), 하이드로코돈(Vicodin®), 또는 옥시코돈(Oxycontin®, Percocet®)과 같은 마약성(아편유사제) 약물을 복용하고 있습니까? 확실하지 않다면 담당의료인에게 문의하십시오.
- 과거에 준비를 잘 하지 못한 채 결장내시경 검사를 받은 적이 있습니까? 이 질문의 의미는 결장내시경 검사를 받는 동안 귀하의 의료인이 귀하의 결장에서 대변을 발견했느냐를 묻는 것입니다.

만약 위의 질문 중 어떤 문항에도 예라고 답했다면 아래의 물품도 반드시 구매해야 합니다:

- MiraLAX (17 그램 용량) 3회 복용량 (총 51 그램).

- 작은 용량으로 한 병(119 그램)을 추가로 구매하거나 소포장 제품을 구매할 수 있습니다.
- 전유동식 식이요법을 위한 더 많은 음료.
 - 귀하가 마실 수 있는 음료의 예는 “검사 받기 이틀 전”이라는 제목의 글에 열거되어 있습니다.

내시경 검사 5일 전

철분 보충제 복용을 중단하기

철분 보충제를 복용하고 있다면 내시경 검사 5일 전부터 복용을 중단해야 할 것입니다. 철분 보충제는 대변의 색깔을 변하게 할 수 있고, 따라서 담당의가 귀하의 결장을 분명하게 관찰하는 것을 더 어렵게 할 수 있습니다.

내시경 검사 3일 전

특정한 음식을 피하기

결장내시경 검사를 받기 3일 전부터 저섬유식 식이요법을 따라야 합니다. 그동안 아래의 음식을 먹지 마십시오:

- 생과일과 생채소.
- 옥수수 캔을 포함하는 통 옥수수 알맹이
- 통곡물 (예: 오트밀, 현미, 퀴노아, 또는 통밀빵)
- 씨앗 (예: 양귀비 씨 또는 깨)
- 견과류

결장내시경 검사 담당 간호사와 통화하기

내시경 검사를 받기 며칠 전에 귀하는 내시경 담당 간호사로부터 전화를 받을 것입니다. 간호사는 본 안내서에 명시된 지시사항을 귀하와 함께 검토하고 귀하의 병력에 대해 질문할 것입니다. 간호사는 귀하의 복용약물도 검토하고 귀하에게 검사 당일 아침에 어떤 약물을 복용할지 알려줄 것입니다.

아래의 공간에 그 약물을 적어 놓으십시오.



_____	_____
_____	_____
_____	_____

내시경 검사 이틀 전

귀하가 평상시에 변비가 없거나, 마약성(아편유사제) 약물을 복용하지 않거나, 과거에 준비를 잘 하지 못한 채 결장내시경 검사를 받은 적이 없다면, 귀하는 내시경 검사 하루 전까지 투명 유동식 식이요법을 시작할 필요가 없습니다. 그러나 생과일과 생채소, 통 옥수수 알맹이, 곡물, 씨앗, 그리고 견과류는 계속 피하십시오. “내시경 검사 하루 전” 부분으로 넘어가셔도 됩니다.

만약 귀하가 평상시에 변비가 있거나, 마약성(아편유사제) 약물을 복용하거나, 과거에 준비를 잘 하지 못한 채 결장내시경 검사를 받은 적이 있다면:

- 아침, 점심, 저녁에 8 온스의 음료와 뚜껑 가득 담은 양으로 1 뚜껑(17 그램)의 MiraLAX를 섞어서 마십니다.
- 전유동식 식이요법을 따릅니다. 전유동식 식이요법을 하면 다음의 음식을 먹고 마실 수 있습니다:
 - (과일 조각 없는) 요거트
 - 알갱이 없는 과일 주스
 - 탄산 음료
 - 걸러져서 야채 건더기가 전혀 없는 맑은 국물이나 크림 수프
 - 영양 보충 식품
 - 아이스크림과 (과일 조각 없는) 과일 빙수

내시경 검사 하루 전

MiraLAX를 사용하여 관장을 합니다

내시경 검사 전날 아침에 238 그램의 MiraLAX파우더 전부와 상온의 투명한 음료 64 온스를 MiraLAX가 녹을 때까지 섞습니다.

MiraLAX가 녹으면 냉장고에 보관할 수 있습니다. 차가울 때 더 맛이 좋다고 하는 사람들이 많습니다.

내시경 검사 전날 아침보다 더 일찍 MiraLAX를 혼합하지 마십시오.

투명 유동식 식이요법 따르기

내시경 검사 전날 투명 유동식 식이요법을 따라야 합니다. 투명 유동식의 예는 아래 표에 열거되어 있습니다.

- 고형 식품을 먹지 마십시오.
- 빨강, 보라, 또는 오렌지 색깔의 음료를 마시지 마십시오.
- 물, 커피, 차만이 아니라 다른 음료수를 충분히 마십니다. 그렇게 하면 충분한 칼로리를 섭취할 수 있으며, 귀하의 결장내시경을 준비하는데 중요한 일입니다. 깨어있는 동안 최소한 매 시간마다 한 컵(8 온스)의 음료를 마시려고 노력하십시오.
- 귀하가 당뇨병을 앓고 있다면 투명한 무당 음료만 마셔야 하고 자주 혈당 수치를 확인해야 합니다. 질문이 있다면 귀하의 담당의료인과 상담하십시오.

투명 유동식 식이요법		
	마셔도 되는 음료	마시면 안되는 음료
수프	<ul style="list-style-type: none"> ● 맑은 국, 옥수, 또는 콩소메 수프 	<ul style="list-style-type: none"> ● 건조된 음식물이나 양념의 조각이 들어 있는 국물
단 것	<ul style="list-style-type: none"> ● Jell-O®와 같은 젤라틴 ● 맛이 첨가된 빙수 ● 라Life Savers®와 같은 딱딱한 캔디 	<ul style="list-style-type: none"> ● 빨강, 보라, 오렌지 색깔인 것들
음료수	<ul style="list-style-type: none"> ● 사과, 백크렌베리, 레모네이드, 또는 백포도 주스와 같은 투명한 과일 주스 ● 7-Up®, Sprite®, 진저에일, 셀처와 같은 탄산 음료 ● Gatorade® ● 블랙 커피 ● 차 ● 물 	<ul style="list-style-type: none"> ● 알갱이가 있는 주스 ● 진한 과일즙 ● 우유나 크림 ● 알코올 음료 ● 빨강, 보라, 오렌지 색깔 음료

내시경 검사 시간을 확인합니다

직원이 귀하의 내시경 검사 전날 오전 11시 이후에 귀하에게 전화 할 것입니다. 직원은 귀하가 검사를 위해서 도착해야 하는 시간을 알려줄 것입니다. 귀하의 검사가 월요일로 예정되어 있다면 그 전 주 금요일에 전화를 받을 것입니다. 전화를 받지 못했다면 의사에게 전화하십시오.

내시경 검사를 취소해야 한다면 귀하의 예약을 받은 의사에게 전화하십시오.

관장 시작하기

1 단계: 내시경 검사 전날 오후 4시에 물과 함께 바이사코딜 2정(5 mg)을 구강으로 복용합니다.

2 단계: 오후 4시 15분에 MiraLAX혼합물을 마시기 시작합니다.

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

귀하는 총 4컵의 혼합물을 마실 것입니다.

- 위의 과정을 마치면 MiraLAX혼합물 절반이 남을 것입니다. 나머지 절반의 준비를 위해 나머지는 냉장고에 보관하십시오.
- 일반적으로 첫 번째 혼합물을 마신 후 1시간 이내에 배변을 보지만 어떤 사람들에게는 시간이 더 걸릴 수 있습니다.
 - MiraLAX절반을 마신 후 배변을 보기 시작하지 않는다고 해도 걱정하지 마십시오. 안내서에 명시된 대로 남아 있는 MiraLAX절반을 계속 마시기 시작하십시오.
- 배변을 본 후 항문 주변 피부에 페트로리움 젤리(Vaseline®)나 A & D® 연고를 바르십시오. 피부 자극을 예방합니다.
- 몸에 수분을 유지하기 위해 투명한 액체를 계속 마시고 결장을 비워내십시오.

3 단계(만약 귀하의 내시경 검사를 위해 오전 11시 이전에 도착하라는 지시를 받았다면)

귀하가 만약 내시경 검사를 위해 오전 11시 이전에 도착하라는 지시를 받았다면 검사 전날 밤에 아래의 지시 사항을 따르십시오.

밤 11시에 바이사코딜 2정을 물과 함께 구강으로 복용합니다. 그 후 MiraLAX 혼합물의 나머지 절반을 마시기 시작합니다.

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

MiraLAX 혼합물 전부를 확실히 마십니다.

- 예약된 도착 시간에서 4시간 전까지 투명한 음료를 계속 마실 수 있습니다.
- 내시경 검사가 끝날 때까지 아무 것도 먹지 마십시오.

내시경 검사 당일

3 단계 (만약 귀하의 내시경 검사를 위해 오전 11시 또는 그 이후에 도착하라는 지시를 받았다면):

만약 귀하의 내시경 검사를 위해 오전 11시 또는 그 이후에 도착하라는 지시를 받았다면 검사 당일 아침에 다음의 지시사항을 따르십시오.

아침 6시에 바이사코딜 2정을 물과 함께 구강으로 복용합니다. 그 후 MiraLAX혼합물의 나머지 절반을 마시기 시작합니다.

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

MiraLAX 혼합물 전부를 확실히 마십니다.

- 예약된 도착 시간에서 4시간 전까지 투명한 음료를 계속 마실 수 있습니다.
- 내시경 검사가 끝날 때까지 아무 것도 먹지 마십시오.

기억할 것들

- 내시경 검사 당일 오전에는 복용하라고 지시 받은 약물만 복용합니다. 몇 모금의 물과 함께 복용합니다.
- 가슴이나 팔에 로션, 크림, 파우더를 바르지 않습니다.
- 몸에 있는 피어싱과 같은 장신구를 제거합니다.
- 신용카드와 보석 같은 귀중품은 모두 집에 두고 오십시오. 귀중품을 보관할 개인 물품 보관함이 없습니다.
- 콘택트 렌즈를 착용한다면 그 대신에 안경을 쓰십시오.

가져올 것들

- 집에서 복용하는 약물 목록
- 몸에 심박 조율기나 자동이식형 제세동기(AICD)가 이식되어 있다면, 지갑용 카드를 가져오십시오.
- 소유하고 있는 경우, 귀하의 구조용 흡입기(예: 천식 환자를 위한 알부테롤[Proventil®, Ventolin®])

- 필요한 경우, 안경
- 작성한 의료 서비스 위임장

도착지

귀하의 내시경 검사는 다음 장소 중 한 곳에서 행해질 것입니다:

- 메모리얼 병원의 내시경관 (Endoscopy Suite) (MSK 본원)**

1275 York Avenue (East 67th Street와 East 68th Street 사이)

New York, NY 10065

M 엘리베이터를 타고 2층으로 오십시오. 유리문을 통과하여 내시경관으로 입장하십시오.

- MSK Monmouth**

480 Red Hill Road

Middletown, NJ 07748

일어날 상황

도착한 후 귀하는 이름과 생년월일을 여러 차례 말하고 철자를 알려달라고 요청받을 것입니다. 이 절차는 귀하의 안전을 위한 것입니다. 귀하와 같거나 비슷한 이름을 가진 사람들이 같은 날 내시경 검사를 받을 수 있습니다.

내시경 검사를 받기 위해 옷을 갈아입을 시간이 되면 병원 가운, 실내복, 그리고 미끄럼방지 양말을 제공받을 것입니다.

검사를 받기 전에 담당의를 만날 것입니다. 담당의는 귀하에게 검사 과정을 설명할 것이고 귀하의 질문에 답할 것입니다.

귀하는 마취과 의사를 만날 것입니다. 마취과 의사는 귀하의 병력을 검토하고 귀하가 받을 마취제(귀하를 잠들게 할 약물)의 종류에 대해 귀하와 이야기 할 것입니다.

귀하의 검사 시간이 되면 귀하는 검사실로 안내되고 검사대에 눕혀질 것입니다. 귀하는 무릎을 구부리고 왼쪽을 보며 옆으로 누울 것입니다.

귀하의 마취과 의사가 대개 귀하의 팔이나 손에 있는 정맥에 정맥주사 (IV) 선을 연결할 것입니다. 정맥 주사 선을 통해서 마취제가 주입되고 귀하는 잠이 들 것입니다. 일단 귀하가 잠들면 담당의는 내시경 검사를 시작할 것입니다.

귀하의 담당의는 결장경을 귀하의 직장에 넣을 것입니다. 결장경은 비디오 모니터에 연결됩니다. 이는 담당의가 귀하의 결장 내부를 관찰하도록 해줍니다. 귀하의 담당의는 공기와 액체를 이용하여 귀하의 결장 속에서 결장경을 이동하면서 비디오 모니터로 특이한 점이 있는지 살필 것입니다.

내시경 검사는 일반적으로 60분(1 시간) 미만이 걸립니다.

자주 묻는 질문(FAQs)

저는 관장약을 마시는 중인데 다 마시기 전에 흐물흐물하고 물과 같은 변을 보기 시작했습니다. 여전히 남은 관장약을 마셔야 할 필요가 있나요?

네. 귀하는 안전하고 완전한 결장 내시경 검사를 받기 위해 귀하의 결장을 완전히 깨끗하게 하려면 관장약 전부를 마셔야만 합니다.

저는 관장약을 마신 후 토할 것 같거나(메스꺼움) 토했습니다(구토). 어떻게 해야 하나요?

많은 사람들이 관장약을 마시는 동안 메스꺼운 기분이 들 수 있습니다. 이러한 증상을 완화하려면 귀하가 마시기 좋아하는 투명 액체와 MiraLAX를 섞어 보십시오.

토할 것 같다면 관장약을 천천히 마시고 쉬어야 합니다. 쉰다는 말의 뜻은 위를 비우기 위해서 관장약을 30분에서 45분 동안 마시지 않는 것을 뜻합니다. 쉬는 동안 관장약을 냉장고에 보관하십시오. 휴식 후 관장약을 다시 천천히 마셔봅니다. 가지고 있는 빨대를 이용하십시오.

만약 구토를 한다면 30분에서 45분 동안 휴식을 취합니다. 집에 구토방지약이 있다면 다시 관장약을 마시기 전에 한 번의 복용량을 복용할 수도 있습니다. 수분을 유지하도록 귀하가 마시기 좋아하는 투명 음료를 마실 수 있습니다. 안전하고 완전한 결장 내시경 검사를 받기 위해서 귀하의 결장을 완전하게 비우려면 관장 음료를 모두 마시는 것이 중요합니다.

내시경 검사 후

귀하의 간호사는 귀하의 심장, 호흡, 그리고 혈압을 지속적으로 살필 것입니다. 많은 사람들이 결장내시경 검사를 마친 후 속이 더부룩하거나 위통을 느낍니다. 정상적인 증상이며 가스가 빠져나가면 사라집니다.

귀하가 완전히 깨어나면 간호사는 정맥주사 선을 제거할 것입니다. 기다리는 보호자가 있다면 떠나기 전에 귀하와 보호자에게 귀가 안내를 설명할 것입니다.

집에서

- 병원을 나서자마자 가벼운 음식을 먹기 시작해도 좋습니다. 처음에는 맵고 기름지고 튀긴 음식을 피하십시오. 평상시 식단으로 천천히 돌아가십시오. 귀하의 담당의가 일정 시간동안 식단을 제한하고자 한다면 귀하에게 공지할 것입니다.
- 내시경 검사를 받은 후 24시간 후에 귀하의 평상시 활동으로 돌아갈 수 있습니다.
- 내시경 검사를 받은 후 24시간 동안 알코올 음료를 마시지 마십시오.

만약 생체 조직 검사를 했다면 직장에서 피가 조금 나는 것이 보통입니다. 피가 몇 방울 이상 나지 않을 것이고 검사 후 24시간 이내에 출혈이 멈춰야 합니다.

결장내시경 검사 후 불규칙적이거나 평상시와 다른 방식으로 배변을 보는 것이 보통입니다. 검사를 받은 후 일주일까지 지속될 수 있습니다.

귀하의 의료진에게 연락할 시기

다음 증상 중 어떤 것이라도 나타나면 귀하의 의료진에게 연락하십시오:

- 열이 화씨 101도(섭씨 38.3도) 이상
- 심각한 위통이나 더부룩함
- 24시간 이상 지속되는 직장 출혈
- 배변 보는 사이에 출혈
- 힘이 없음, 현기증, 메스꺼움
- 직장 출혈 과다

질문이 있다면 귀하의 의료 담당 팀에게 직접 연락하십시오. 귀하가 MSK의 환자라면 주말이나 공휴일에는 오후 5시 이후에 212-639-2000으로 전화하여 담당자에게 연락해야 합니다.

더 많은 자료를 원하면 www.mskcc.org/pe 에서 저희 병원의 가상도서관에서 찾아 보십시오.

MiraLAX®를 사용하는 결장내시경 검사를 준비하는 방법 - Last updated on January 31, 2020

©2020 Memorial Sloan Kettering Cancer Center