



患者与照护者教育

如何使用MiraLAX®为结肠镜检查做准备

这份信息将帮助您使用聚乙二醇（polyethylene glycol, MiraLAX®）为您的结肠镜检查做准备。

结肠镜检查是对结肠（大肠）所做的检查。您的医生将使用结肠镜（一端带有摄像头的柔韧易弯曲的软管），在影像监视器上观察结肠内部。在您接受这项检查期间，您的医生可能会：

- 取下一小块化验用的组织（活检）
- 切除息肉（组织生长）
- 给结肠内部拍照

请小心遵守这些指示。为了做结肠镜检查，您的结肠必须清空，这点非常重要。如果结肠内有粪便，您的医生可能无法看到结肠内部的息肉或其他问题，导致您可能必须重做检查。如果您有任何问题，请联络您的医生办公室。

检查前的1周

征询您的用药情况

您可能需要在检查前停用一些药物。就停用哪些药物对您来说是安全的与您的医生交谈。我们在下面纳入了一些常见的范例。

抗凝血剂（血液稀释剂）

如果您使用血液稀释药物，比如为了治疗血栓或者为了预防心脏病发作或中风，请询问开药的医生应何时停用。在《常用抗凝血剂（血液稀释剂）表》中列有一些例子。还有其他的抗凝血药，所以如果您不确定，就去向您的医生核实。

常用抗凝血剂（血液稀释剂）

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• 阿呱沙班 (Eliquis®)• 西洛他唑 (Pletal®)• 氯吡格雷 (Plavix®)• 达肝素 (Fragmin®) | <ul style="list-style-type: none">• 依诺肝素 (Lovenox®)• 磺达肝素 (Arixtra®)• 肝素 | <ul style="list-style-type: none">• 利伐沙班 (Xarelto®)• 亭扎肝素 (Innohep®)• 华法林 (Coumadin®) |
|--|--|---|

糖尿病药物

如果您使用胰岛素或其他糖尿病药物，您可能需要改变剂量。请咨询给您开糖尿病药物的医生您在检查的前一天及当天早上应当怎么做。告诉医生您将在检查的前一天饮用无糖的清澈流质饮食。

如果您服用二甲双胍（比如Glucophage®或Glumetza®）或含有二甲双胍的药物（比如Janumet®），请勿在检查前一天或当天服用。

如果您装有AICD，告诉您的医生

如果您装有自动植入型心律转复除颤器（AICD），告诉您在史隆-凯特琳医院（MSK）的医生。如果您装有该器械，您将需要在纪念医院（MSK的主院）进行结肠镜检查。

如果需要的话，请取得医生许可函

- 如果您装有自动植入型心律转复除颤器（AICD），您将需要在检查前取得您的心脏病科医生的批准函件。
- 如果您有新发或加重的胸痛、眩晕、呼吸困难，或者在过去6周里昏厥过，您将需要在检查前取得您的医生的批准函件。

您的MSK医生办公室必须在您检查当日的至少1天前收到您的批准函件。

安排让人送您回家

在您做完检查后，必须有能负责的照护者送您回家。请确定在您检查当天之前就做好安排。

如果没有人送您回家，致电以下机构中的一家。他们将派人陪您回家。这项服务通常会收取费用，并且您将需要提供交通工具。

纽约的机构

护理伙伴(Partners in Care): 888-735-8913

关爱之人(Caring People): 877-227-4649

新泽西的机构

关爱之人(Caring People): 877-227-4649

避免某些食物

从您做结肠镜检查之前1周开始，不要吃：

- 生的（新鲜）水果和蔬菜。您可以吃罐装或炒熟的蔬菜。
- 整粒玉米，包括罐装玉米
- 全谷物（比如燕麦片、糙米、藜麦或小麦面包）
- 种籽（比如罂粟籽或芝麻）
- 坚果

购买用品

- 4（5 mg）片比沙可啶（Dulcolax®）。市售包装通常为**一盒10片**。
- 1（238克）瓶聚乙二醇（MiraLAX®）。
- 64盎司除了红色、紫色或橙色以外的任何清澈流质。
 - 像佳得乐（Gatorade®）或动乐（Powerade®）这样的运动饮料就是好的选择。运动饮料将帮助补充您在清肠准备时将会流失的电解质。
 - 如果您患有糖尿病，确保饮用的是不含糖的清澈流质。

如需了解您是否需要任何额外的用品，回答以下问题：

- 您是否有便秘倾向（排便次数比您正常情况下要少）或者每周排便次数是否少于**3次**？
- 您是否服用麻醉（鸦片类）药物，例如芬太尼（fentanyl）（Duragesic®，Subsys®）、吗啡（DepoDur®，Duramorph®）、氢可酮（hydrocodone）（Vicodin®、MS Contin®）或羟考酮（oxycodone）（Oxycontin®、Percocet®）？如果您不确定，请询问您的医疗保健提供者。
- 您过去是否曾做过清肠准备不足的结肠镜检查？

如果您对以上任何问题的回答为“是”，就必须加购以下用品：

- 3个（17克）剂次的MiraLAX（共51克）。
 - 您可以多买一小瓶或几包随身包。

- 额外流质，以实施全流质饮食。
 - 请参考“检查前的2天”章节中列出的可饮用流质范例。

检查前的5天

停止服用鐵补充剂

如果您有服用鐵补充剂，在您检查的5天前需停止服用。鐵补充剂会造成粪便的颜色改变，使您的医生在检查结肠时不容易看清楚。

检查前的3天

在检查之前的几天，您将接到内窥镜检查护士的电话。他（她）将与您一同复习本指南中的指示，并询问有关您病史的问题。该护士还会核对您的用药情况，并告诉您在检查当天早上要服用哪些药物。请将这些药物写在下方空白处。



_____	_____
_____	_____
_____	_____

检查前的2天

如果您通常没有便秘，不使用麻醉（鸦片类）药物，或者过去没有做过清肠准备不足的结肠镜检查，那么您不需要开始清澈流质饮食，直至您的结肠镜检查当日的前一天。但是，要继续避免食用生的水果和蔬菜，整粒玉米、谷类、种籽和坚果。请直接跳到下一部分“检查前的1天”。

如果您常常便秘，使用麻醉类药物，或者过去做过清肠准备不足的结肠镜检查：

- 早餐、午餐和晚餐时，用1瓶盖（17克）MiraLAX加8盎司流质。
- 实施全流质饮食，包括：
 - 酸奶（不含任何水果粒水果片）
 - 不含果肉的果汁
 - 汽水

- 肉汤或滤过的奶油浓汤
- 营养补充剂
- 冰淇淋和水果冰（不含任何水果片水果粒）

检查前的1天

进行您的MiraLAX清肠准备

在检查前一天早上，将全部238克MiraLAX粉末倒入64盎司室温清澈流质中，直到MiraLAX粉末溶解。一旦MiraLAX溶解，您可以把混合溶液放入冰箱中。许多人觉得冰过比较好喝。

不要在还没到检查前一天的上午就调制MiraLAX。

实施清澈流质饮食

您将需要在检查之前实施清澈流质饮食。这一部分的表格中列出了清澈流质的范例。

- 不要吃任何固体食物。
- 不要喝任何红色、紫色或橙色的流质。
- 除了水、咖啡和茶以外，请务必喝大量流质。这有助于确保您获得足够的卡路里，是结肠镜检查清肠准备的一个重要部分。请试着在醒着的时候至少每小时喝1杯（8盎司）流质。
- 如果您患有糖尿病，您应该只喝无糖的清澈流质，并且应经常测量血糖。如果您有任何问题，请向您的医疗保健提供者征询。

清澈流质饮食		
	能喝	不能喝
汤	<ul style="list-style-type: none"> ● 清澈的高汤、牛肉清汤或法式高汤 	<ul style="list-style-type: none"> ● 任何含有干制食品或调味品的食品
甜食	<ul style="list-style-type: none"> ● 明胶，比如Jell-O® ● 调味冰品 ● 硬糖，比如Life Savers® 	<ul style="list-style-type: none"> ● 任何红、紫、或橘色食品
能喝	<ul style="list-style-type: none"> ● 清澈的果汁，比如苹果汁、蔓越莓汁、柠檬水或葡萄汁 ● 汽水，比如七喜（7-Up®）、雪碧（Sprite®）、姜汁汽水或塞尔兹水 	<ul style="list-style-type: none"> ● 含果肉的果汁 ● 果肉饮料 ● 牛奶或鲜奶油 ● 酒精类饮料

- 佳得乐（Gatorade®）
- 黑咖啡
- 茶
- 水

- 任何红、紫、或橘色饮品

注意您的检查时间

将为您进行检查的医院和检查点的行政人员将于检查前一天上午**11**点以后给您打电话。这位工作人员将告诉您应该在什么时候抵达医院以便进行您的结肠镜检查。如果您的检查安排在星期一，将在前一个星期五给您打电话。如果您没接到电话，请致电您的医生办公室。

如果您需要取消您的检查，请致电为您安排该检查的医生。

开始进行清肠准备

第1步：服用2片比沙可啶（bisacodyl）

在您检查前一天的下午**4**点，口服2片比沙可啶（bisacodyl），用一杯水送服。

第2步：喝MiraLAX混合溶液

在下午**4:15**，喝1杯（8盎司）混合溶液。每15分钟喝1杯，共四次。在下午**4:15**、**4:30**、**4:45**和**5:00**喝混合溶液。

- 当您喝完这4次时，会剩下一半MiraLAX混合溶液。将剩下的MiraLAX放回冰箱，等到清肠准备的后半部分再喝。
- 通常喝完第一剂后1小时之内开始排便，但有些人可能会等更久。
 - 如果您在喝完前半部分的MiraLAX之后并未开始排便，请不要担心，继续喝流质，并依照指示开始喝另一半MiraLAX。
- 每次排便后，在肛门周围皮肤擦上凡士林（Vaseline®）或A & D®软膏，这样做有助于预防刺激。
- 继续喝清澈流质以补充水分，并能将结肠中的残余物冲掉。

第3步（如果您被告知在检查当天上午11点前抵达）：

如果您被告知在检查当天上午**11**点前抵达，请于检查前一天晚上遵守以下指示：

在晚上**11**点，口服2片比沙可啶（bisacodyl），用一杯水送服。然后开始喝另一半MiraLAX混合溶液。每15分钟喝1杯（8盎司），直到您全部喝完为止。

- 如果您在喝完另一半MiraLAX混合溶液2到3小时后仍未开始排便，请致电212-639-2000，要求与值班的胃肠科住院医师（GI fellow）谈话。
- 您可以继续喝清澈流质，直到预定抵达时间前4小时为止。
- 在您做完检查之前，不要吃任何东西。

检查当天

第3步（如果您被告知在检查当天上午11点或更晚抵达）：

如果您被告知在检查当天上午11点或更晚抵达，请于检查当天上午遵守以下指示：

在早上6点，口服2片比沙可啶（bisacodyl），用一杯水送服。然后开始喝另一半MiraLAX混合溶液。每15分钟喝1杯（8盎司），直到您全部喝完为止。

- 如果您在喝完另一半MiraLAX混合溶液后2到3小时后仍未开始排便，请致电212-639-2000，要求与值班的胃肠科住院医师（GI fellow）谈话。
- 您可继续喝清澈流质，直到预计抵达医院前4小时为止。
- 在您做完检查之前，不要吃任何东西。

要记住的事项

- 检查当天早上，只服用先前指示您要在检查当天早上服用的药物。抿几小口水服用它们。
- 不要在您的胸部或胳膊上涂抹任何乳液、霜剂或粉剂。
- 取下所有珠宝首饰，包括身体穿刺饰物。
- 把所有贵重物品留在家中，比如信用卡和珠宝首饰。我们没有储物柜来存放您的贵重物品。
- 如果您戴隐形眼镜，换成戴眼镜。

要随身带哪些东西

- 您在家中所用药物的清单
- 如果您装有植入型起搏器或心律转复除颤器（AICD），若这一情况尚未在本院档案中做过登记，就带上您的相关信息小卡。
- 急救吸入器（例如哮喘用的沙丁胺醇[albuterol, Proventil®, Ventolin®]），如果您有的话

眼镜盒

您的《健康护理代理表》（Health Care Proxy form），如果您已填写了一份的话

去哪个地点

您的检查将在以下场所中的一个进行：

纪念医院（**Memorial Hospital**）内窥镜检查室（**MSK主院**）

1275 York Avenue (between East 67th and East 68th Streets)

New York, NY 10065

（位于东67街和东68街之间）

乘坐M电梯到2楼。穿过玻璃门进入内窥镜检查室。

MSK Monmouth

480 Red Hill Road

Middletown, NJ 07748

曼哈顿内窥镜检查中心（**Manhattan Endoscopy Center**）

535 5th Avenue (entrance on 44th Street between Madison and 5th Avenue)

New York, NY 10017

（入口位于第44街上，在麦迪逊大道和第五大道之间）

预计会发生什么

一旦您抵达，将多次请您说出及拼出您的姓名和生日。这是为了您的安全。同名或姓名相似的人可能会在同一天做检查。

当到了换装以备检查的时间时，您将领取并穿上医院病号袍服、长袍和防滑袜。

您将在检查之前与您的医生见面。医生将向您讲解检查内容，并回答您可能有的任何问题。

您将与麻醉师见面。麻醉师将与您一起核查您的病史，并向您讲解您将接受的麻醉（让您睡觉的药物）种类。

到您的检查时间时，您将被带入检查室，并在工作人员的协助下躺上检查台。您将左侧卧，膝盖弯曲。

您的麻醉师将把静脉导管埋置到静脉中，通常是您的手臂或手上的静脉。您将接受静脉注射麻醉，这会让您入睡。一旦您睡着，医生将检查您的直肠。

医生将把一根结肠镜软管放入您的直肠。这支结肠镜连接到一台影像监视器上，如此医生便可看到您的结肠内部情况。医生将使用空气和液体让结肠镜通过您的整段结肠，同时在影像监视器上观察是否有任何异常。

您的检查之后

护士将继续监测您的心脏、呼吸和血压。许多人在结肠镜检查后会觉得腹胀和胃痉挛。这是正常现象，排气之后就会消失。

一旦您完全清醒，护士会将您的静脉注射管拔出。如果您有人陪同，护士将在您回家之前向你们两人讲解出院指示。

在家里

- 您一出院就可以开始吃清淡的食物。循序渐进地恢复正常饮食。如果医生希望您限制饮食一段时间，他（她）会告诉您。
- 您可在检查完24小时后恢复日常活动。
- 检查完24小时以内不能喝酒精饮料。

如果您做了活检，直肠可能会少量出血，这是正常现象。最多应该只有几滴，且应在检查后24小时内止住。

结肠镜检查后，您的排便变得不规则或不同于您日常习惯的情况是很正常的。这种情况可能会持续最长达检查后一周

如果您出现以下情况，致电您的医生或护士：

- 体温华氏101°（摄氏38.3°）或更高
- 严重的腹部疼痛或鼓胀坚硬
- 直肠出血持续超过24小时
- 排便间隔期间时出血
- 虚弱、晕眩或恶心
- 直肠大量出血

如果您有任何问题，请直接联系您医疗团队的成员。如果您是MSK的病患，而且您在下午5点以后、周末和节假日期间需联络医护人员，请拨打212-639-2000。

更多资源，请访问mskcc.org/pe 以搜寻我们的虚拟图书馆。

如何使用MiraLAX®为结肠镜检查做准备 – Generated on July 24, 2019

©2019 Memorial Sloan Kettering Cancer Center