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（如 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。

在医疗程序期间，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。

医疗程序前必须排空结肠。 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

您可能需要在手术前停用某些常用药物。 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，但还有其他类型。 确保您的医疗团队了解您服用的所有处方药和非处方药。 处方药是指只能凭医疗保健提供者开具处方才可获得的药物。 非处方药是指无需开具处方即可购买的药物。

在手术前几天内正确服药非常重要。 如果没有这样做，我们可能需要重新安排您的手术。

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，请咨询开具处方的医生应该何时停止使用。

血液稀释剂示例如下： 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®)
- 肝素注射（针剂）
- 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

您可能要使用胰岛素或其他糖尿病药物。 如果情况如此，请与 MSK 医疗保健提供者和开具处方的医疗保健提供者沟通。 询问手术或医疗程序前应该做什么。 您可能需要停止服用这类药物，或服用与平时不同的剂量。 在手术或医疗程序前，您可能还需要遵循不同的饮食指示。 请遵循医疗保健提供者的指导说明。

您的医疗团队会在手术或医疗程序期间检查您的血糖水平。

以下是一些糖尿病治疗药物的示例。 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。

- 胰岛素。
- 二甲双胍（如 Glucophage® 和 Glumetza®）。

- 含有二甲双胍的药物（如 Janumet®）。
- SGLT-2 抑制剂，例如卡格列净 (Invokana®)、达格列净 (Farxiga®)、恩格列净 (Jardiance®)、埃格列净 (Steglatro®)、贝格列净 (Brenzavvy®) 和索格列净 (Inpefa®)。
- GLP-1 受体激动剂。 有关 GLP-1 药物的示例，请参阅“GLP-1 减肥药”一节。

GLP-1 减肥药

如果您服用 GLP-1 药物，请务必告知您的医疗保健提供者。 在手术或医疗程序前，您必须遵循特殊的饮食指示。 **如果您在过去 30 天内的任何时候服用过 GLP-1 类药物，请务必遵守以下说明。 如果没有遵循指导说明，您的手术或医疗程序可能会被推迟或取消。**

- **您需要在手术或医疗程序前一天早上 6 点坚持遵循清流质饮食。** 请勿食用固体食物。 如需了解更多信息，请阅读*清流质饮食* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet)。
- **抵达时间前 8 小时停止饮用。** 之后请勿摄入任何东西，包括清流质。 您可以喝几小口水送服药物。

如需了解更多信息，请阅读*服用 GLP-1 药物时，手术或医疗程序前的饮食须知* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)。

以下是一些 GLP-1 药物示例。 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。 有时，开具这些药物用于帮助控制糖尿病或其他疾病。 有时，也会用于减肥。

• 塞马格鲁肽 (Wegovy®, Ozempic®, Rybelsus®) • 度拉糖肽 (Trulicity®)	• 替西帕肽 (Zepbound®, Mounjaro®) • 利拉鲁肽 (Saxenda®, Victoza®)

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。 请务必在活检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。

纽约地区服务机构

VNS Health：888-735-8913

Caring People：877-227-4649

新泽西地区服务机构

Caring People：877-227-4649

如有需要，可以请医生出具书面文件。

检查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检查的文件。 您必须至少在检查前 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，则需要请医生开具许可函：

- 胸痛。
- 新出现的或不断加剧的呼吸困难。
- 晕厥。

购买肠道准备用品

购买以下肠道准备用品。 肠道准备通常被称为备肠。

- 4 片（每片 5 毫克）比沙可啶 (Dulcolax®)。 通常以 10 片一盒售卖。
- 1 瓶（8.3 盎司，即 238 克）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。
    - 运动饮料（如 Gatorade® 或 Powerade® 等）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?
- 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：

- 请购买额外的 MiraLAX。 您可以购买 1 盒 10 小包（每包 17 克）装，或 1 瓶（4.1 盎司，即 119 克）装。
- 如果您还没有准备液体，请购买，以用于全流质饮食。 请阅读“结肠镜检查前 2 天”部分，了解在遵循全流质饮食期间可以饮用的液体示例。

结肠镜检查前 5 天

停止服用口服补铁剂

如果您正在服用口服补铁剂（需吞服的补铁剂）或含铁的复合维生素，请在医疗程序前 5 天停止服用。 口服补铁剂可能会导致大便颜色发生变化。 此类补剂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、藜麦和小麦面包。
- 瓜果籽，如罂粟籽或芝麻。
- 坚果。

停止服用任何膳食纤维补充剂，例如车前子纤维 (Metamucil®)。

以下是遵循低纤维饮食时可以食用的食物示例：

- 白米饭
- 白面包
- 肉类和鱼类
- 乳制品，包括奶酪
- 熟蔬菜
- 去皮的熟土豆，例如炸薯条

咨询内镜护士

在医疗程序前几天，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，并告诉您在医疗程序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：

- 经常便秘或每周排便次数少于 3 次。
- 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：

- 今天服用 3 剂（每剂 17 克）MiraLAX。 每次每剂用 8 盎司液体送服。 请将剂量分散在一天中服用。 例如，早餐、午餐和晚餐各服用 1 剂。
- 遵循全流质饮食 在全流质饮食期间，仅可摄入流质食物和饮料，或是在室温下会变成液态的食物和饮料。 包括：
  - 酸奶（不含任何水果切片）。
  - 不含果肉的果汁。
  - 苏打。
  - 已过滤且不含固体碎块的清汤或奶油汤。
  - 冰淇淋、奶昔和水果冰（不含任何水果块、坚果、软糖或花生酱）。
  - 营养补充剂，例如 Glucerna® 和 Ensure®。

结肠镜检查前 1 天

为 MiraLAX 肠道准备做准备

在医疗程序前一天的早晨，将全部 8.3 盎司（238 克）MiraLAX 粉末与 64 盎司常温清流质混合。 直至 MiraLAX 粉末溶解。

当 MiraLAX 溶解后，可将其放入冰箱保存。 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，请遵循清流质饮食。 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。 如有任何疑问，请咨询您的医疗团队。

清流质饮食		
	可以摄入	**不可以摄入**
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。 • 汽水（如姜汁汽水、七喜®、雪碧® 或苏打水）。 • 运动饮料，例如 Gatorade 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。	• 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。 • 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。

请注意您的检查时间

入院处的一名工作人员将在您的医疗程序前一天中午 12:00 后致电联系您。 如果您的检查安排在星期一，他们会在前一个星期五致电给您。

工作人员会告知您应该于何时到达医院接受检查。 他们还会提醒您接受检查的地点。 如果您没有接到电话，您可以致电您的医生办公室。

如果您需要取消检查，请致电 212-639-5020 联系 GI 调度办公室。

开始肠道准备

第 1 步：在您检查前一天的下午 4:00，随水吞服 2 片 (5mg) 比沙可啶。

第 2 步：在下午 4:15，开始喝 MiraLAX 混合液。

1. **下午 4:15**，喝下 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。

您总共需要喝 32 盎司（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。

> 如果您正在服用 GLP-1 类药物：医疗团队会就何时开始结肠镜检查肠道准备的第 3 步为您提供不同的指导。 请遵循他们的指示操作。

第 3 步（如果您被告知要在上午 11 点之前到达医院接受检查）

如果您的预定到达时间在上午 11 点之前，请在医疗程序前一晚按照以下说明操作。

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。

在预定抵达前 4 小时之前，您可以饮用清流质。

检查前请勿进食。

结肠镜检查当天

如果您正在服用 GLP-1 类药物：医疗团队会就何时开始结肠镜检查肠道准备的第 3 步为您提供不同的指导。 请遵循他们的指示操作。

第 3 步（如果您被告知要在上午 11 点或之后到达医院接受检查）

如果您的预定到达时间是上午 11 点或之后，请在医疗程序当天早上按照以下说明操作。

早上 6 点，用水吞服 2 片比沙可啶。 然后，开始喝下后半程 MiraLAX 混合液。

1. **早上 6:15**，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。
2. **早上 6:30**，喝 1 杯（8 盎司）混合液。
3. **早上 6:45**，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。
4. **早上 7:00**，喝下 1 杯（8 盎司）混合液。

一定要喝完所有 MiraLAX 混合液。

在预定抵达前 4 小时之前，您可以饮用清流质。

检查前请勿进食。

注意事项

- 只服用医生要求您在检查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。
- ☐ 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检查：

- ☐ **Memorial Hospital（MSK 主医院）内窥镜室**
  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。

预期情况

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医疗程序。

当您该为治疗更衣时，您将领取医院病号服、长袍和防滑袜。

您将在医疗程序之前与您的医生见面。 他/她会向您解释医疗程序相关信息，并回答您的任何问题。

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检查室。 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，医生会开始进行医疗程序。

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。

该医疗程序通常需要不到 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，您的护士将取出您的静脉导管。 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。
- 医疗程序后 24 小时内请勿饮用任何含酒精的饮料。
- 您可以在检查后 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。 出血应在检查后 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。 检查后这种情况可能会持续一周。

何时致电您的医疗保健提供者

如果出现以下任何情况，请致电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。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 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。

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