



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，请咨询给您开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。

<ul style="list-style-type: none"> <li>● 阿哌沙班 (艾乐妥®)</li> <li>● 阿司匹林</li> <li>● 塞来昔布 (西乐葆®)</li> <li>● 西洛他唑 (Pletal®)</li> <li>● 氯吡格雷 (波立维®)</li> <li>● 达比加群 (泰毕全®)</li> <li>● 达肝素 (法安明®)</li> <li>● 双嘧达莫 (潘生丁®)</li> <li>● 依度沙班 (Savaysa®)</li> <li>● 依诺肝素 (Lovenox®)</li> <li>● 磺达肝癸钠 (Arixtra®)</li> <li>● 肝素注射 (针剂)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 美洛昔康 (莫比可®)</li> <li>● 非甾体抗炎药 (NSAID), 如布洛芬 (Advil®, Motrin®) 和萘普生 (Aleve®)</li> <li>● 己酮可可碱 (巡能泰®)</li> <li>● 普拉格雷 (Effient®)</li> <li>● 利伐沙班 (拜瑞妥®)</li> <li>● 柳氮磺胺吡啶 (Azulfidine®, Sulfazine®)</li> <li>● 替格瑞洛 (倍林达®)</li> <li>● 亭扎肝素 (Innohep®)</li> <li>● 华法林 (Jantoven®, Coumadin®)</li> </ul>
--	---

## 糖尿病药物

如果您使用胰岛素或其他治疗糖尿病的药物，您可能需要改变剂量。请咨询为您开具糖尿病药物处方的医生，您在手术前一天和当天早晨应该怎么做。

请勿在手术前一天或手术当天服用下列药物：

- 二甲双胍 (如 Glucophage® 或 Glumetza®) 。
- 含有二甲双胍的药物 (如 Janumet®) 。

## 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，您将需要遵循特殊的饮食指示。遵循这些指导说明非常重要。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。

- 在手术或医疗程序前一天，请遵循清流质饮食。请勿食用固体食物。如需了解更多信息，请阅读[清流质饮食 \(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet\)](http://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 \(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines\)](http://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。

<ul style="list-style-type: none"> <li>● 塞马格鲁肽 (Wegovy<sup>®</sup>, Ozempic<sup>®</sup>, Rybelsus<sup>®</sup>)</li> <li>● 度拉糖肽 (Trulicity<sup>®</sup>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 替西帕肽 (Zepbound<sup>®</sup>, Mounjaro<sup>®</sup>)</li> <li>● 利拉鲁肽 (Saxenda<sup>®</sup>, Victoza<sup>®</sup>)</li> </ul>
---	--

## 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。

## 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，请在检查前 5 天停止服用。口服补铁剂可能会导致大便颜色发生变化。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。
- 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

在医疗程序前一天的早晨，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。

请勿早于检查前一天的早晨混合 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	
可以摄入	不可以摄入

汤类	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 清澈的浓汤、肉菜清汤或法式清汤。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 任何含有干食物块或调味品的食品。</li> </ul>
甜品	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 果冻，比如 Jell-O®。</li> <li>● 各种口味的冰品。</li> <li>● 硬糖，如 Life Savers® 和柠檬糖果。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红色、紫色或橙色液体。</li> <li>● 所有其他甜品。</li> </ul>
饮品	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 透明果汁，如柠檬水、苹果汁、白色蔓越莓汁和白葡萄汁等。</li> <li>● 汽水（如姜汁汽水、七喜®、雪碧® 或苏打水）。</li> <li>● 运动饮料，如佳得乐® 和 Powerade®。</li> <li>● 咖啡（不含牛奶或奶精）。</li> <li>● 茶（不含牛奶或奶精）。</li> <li>● 水，包括碳酸（气泡）水和加味水。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 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。</li> <li>● 含果肉的果汁。</li> <li>● 果肉饮料 (Nectars)。</li> <li>● 冰沙或奶昔。</li> <li>● 牛奶、奶油和其他乳制品。</li> <li>● 坚果奶、植物奶、非乳制品奶油和其他乳制品替代品。</li> <li>● 含酒精的饮料。</li> </ul>

## 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。

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）：

如果您被告知要在上午 11 点之前到达医院接受检查，请在检查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）：

如果您被告知要在上午 11:00 或之后到达医院接受检查，请在检查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。

- 在预定抵达前 4 小时之前，您可以继续饮用清流质。
- 检查前请勿进食。

### 注意事项

- 只服用医生指示您在医疗程序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，请换上市框眼镜。

## 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](http://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。

当您该手术更衣时，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。他们将向您解释医疗程序，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，医生会开始进行该医疗程序。

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？

是的。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<sup>1</sup>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<sup>1</sup>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。
- 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

如果出现以下任何一种情况，请您联系您的医疗保健提供者：

- 发热  $\geq 101^{\circ}\text{F}$  ( $38.3^{\circ}\text{C}$ ) 。
- 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](http://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 June 16, 2026

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