



患者及照护者教育

MiraLAX® 肠道准备

本信息介绍了如何在手术或医疗程序前通过服用聚乙二醇 (MiraLAX) 来排空结肠。该过程也被称为肠道准备或备肠。

您的医疗团队会告诉您是否需要在手术或医疗程序前进行 MiraLAX 肠道准备。

购买用品

您的护士将核对您需要的用品。您可以在当地的药房买到这些用品，不用开处方。

- ☐ 1 瓶（238 克）聚乙二醇 (MiraLAX)。
- ☐ 1 瓶（64 盎司）澄清液体。

您还需要购买以下用品：

- ☐ 手术或医疗程序前一天饮用的清流质。
- ☐ 用于混合 MiraLAX 的水壶，以及 64 盎司澄清液体。

手术或医疗程序前一天

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）清澈流质。
- 饮用不同类型的清流质。请勿只喝水、咖啡和茶。这可以帮助您确保获得足够的热量。这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		
	可以饮用	不可以饮用
汤类	<ul style="list-style-type: none">● 清澈的浓汤、肉菜清汤和法式清汤。	<ul style="list-style-type: none">● 任何含有食物块或调味品的食品。
甜品	<ul style="list-style-type: none">● 果冻，比如 Jell-O®。● 各种口味的冰品。● 硬糖，如 Life Savers® 和柠檬糖果。	<ul style="list-style-type: none">● 红色、紫色或橙色液体。● 所有其他甜品。
饮品	<ul style="list-style-type: none">● 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，如佳得乐® 和 Powerade®。● 不含牛奶或奶精的咖啡或茶。● 水，包括碳酸（气泡）水和加味水。	<ul style="list-style-type: none">● 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。

为 MiraLAX 肠道准备做准备

在手术或医疗程序前一天早晨：请将全部 238 克 MiraLAX 与 64 盎司澄清液体混合，直至 MiraLAX 粉末溶解。当粉末溶解后，如果您愿意，可将混合物放入冰箱存放。

进行 MiraLAX 肠道准备

手术或医疗程序前一天下午 5 点，开始饮用 MiraLAX 混合物。它会导致频繁排便，因此您需要确保能够方便使用卫生间。

- 每 15 分钟饮用 1 杯（8 盎司）混合液，直至饮尽。
- 当您饮尽 MiraLAX 混合物后，请饮用 4 至 6 杯透明液体。
- 每次排便后，将氧化锌软膏或 Desitin® 涂抹在肛门周围皮肤上。这有助于防止皮肤刺激。

MiraLAX 肠道准备完成后的饮食

进食指导说明



手术前的午夜（凌晨 12 点）后请停止进食。其中包括硬糖和口香糖。

您的医疗保健提供者可能会就何时停止进食给出不同的指示。如被告知，请遵循其指示。有些人需要在医疗程序前禁食（不吃东西）更长时间。

液体摄入指导说明

午夜（凌晨 12 点）至抵达时间前 2 小时，只能饮用以下所列的液体。请勿进食或饮用其他任何饮品。抵达时间前 2 小时停止饮用。

- 水。
- 透明的苹果汁、葡萄汁或蔓越莓汁。
- Gatorade 或 Powerade。
- 黑咖啡或清茶。可以添加糖。请勿添加任何其他东西。
 - 请勿添加任何含量任何类型的牛奶或奶精。包括植物奶和奶精。
 - 请勿添加蜂蜜。
 - 请勿添加风味糖浆。

如果您患有糖尿病，请注意这类饮料中的含糖量。如果摄入这类饮料的无糖、低糖或无添加糖版本，会更容易控制血糖水平。

在手术前保持水分会有所帮助，因此如果口渴请饮用液体。请勿摄入超出所需的饮水量。手术期间，您将接受静脉 (IV) 输液。



抵达时间前 2 小时停止饮用。其中包括水。

您的医疗保健提供者可能会就何时停止饮水给出不同的指示。如被告知，请遵循其指示。

其他须知

请仅随少量水服用医疗保健提供者告知您应服用的药物。

请遵循医疗保健提供者给予您的有关手术或医疗程序的任何其他指示。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 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。

MiraLAX® Bowel Prep - Last updated on November 4, 2025

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