Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照顧者教育

如何為使用 MiraLAX® 的結腸鏡檢查作好準備

此資訊將協助您為使用聚乙二醇（例如 MiraLAX）的結腸鏡檢查作好準備。

關於您的結腸鏡檢查

結腸鏡檢查是一項讓醫生能夠觀察到結腸（大腸）內部的檢查。 醫生將使用結腸鏡檢查您的結腸內部。 結腸鏡是末端帶有鏡頭的軟管。 圖像出現在影像監視器上。

在醫療程序期間，醫生可以：

- 取出少量組織樣本（活體組織檢驗）進行檢測。
- 移除息肉（組織增生）。
- 拍攝結腸內部的照片。

您需要為醫療程序清空結腸。 若您的結腸內有糞便，醫生可能無法看到息肉或其他問題。 如果出現這種情況，您可能需要再次進行該醫療程序。

請仔細遵循這些指引。 如有任何問題，請聯絡醫生辦公室。

結腸鏡檢查前 1 週

詢問關於您的藥物情況

您可能需要在醫療程序前停止服用某些日常藥物。 或者，您可能需要調整劑量。 請與保健提供者討論醫療程序前應如何服藥。 在未與保健提供者商談的情況下，請勿改變服藥方式。

本節列出了一些藥物例子，但實在不勝枚舉。 **確保照護團隊知道您所服用的所有處方藥、非處方藥和膳食補充劑。** 處方藥是只能使用保健提供者的處方獲得的藥物。 非處方藥是無需處方即可購買的藥物。

在接受醫療程序前的幾天內正確服用藥物和補充劑非常重要。 如您未有正確服用，我們可能需要重新安排您的醫療程序。

抗凝劑（血液稀釋劑）

血液稀釋劑是影響血液凝結方式的藥物。 若您服用血液稀釋劑作治療血栓或預防心臟病發作和中風等用途，請詢問開立處方的醫生該何時停止服用。

以下是一些血液稀釋劑的範例。 並非完整清單，因此請確保您的照護團隊知道您正在服用的所有藥物。 **在沒有與護理團隊成員討論之前，請勿停止服用血液稀釋劑。**

- 阿呱沙班 (Eliquis®)
- 阿士匹靈
- 塞來昔布 (Celebrex®)
- 西洛他唑 (Pletal®)
- 氯吡格雷 (Plavix®)
- 達比加群 (Pradaxa®)
- 達肝素 (Fragmin®)
- 雙嘧達莫 (Persantine®)
- 依多沙班 (Savaysa®)
- 依諾肝素 (Lovenox®)
- 磺達肝素 (Arixtra®)
- 肝素注射（針劑）
- 美洛昔康 (Mobic®)
- 非甾體抗炎藥 (NSAID)，例如布洛芬 (Advil®、Motrin®) 或萘普生 (Aleve®)。
- 己酮可可鹼 (Trental®)
- 普拉格雷 (Effient®)
- 利伐沙班 (Xarelto®)
- 柳氮磺吡啶 (Azulfidine®, Sulfazine®)
- 替卡格雷 (Brilinta®)
- 替扎肝素 (Innohep®)
- 華法林 (Jantoven®, Coumadin®)

糖尿病藥物

您可能要服用胰島素或其他糖尿病藥物。 如果是這樣，請與您的 MSK 保健提供者以及開具藥物的保健提供者溝通。 請向他們詢問手術或醫療程序前需要做哪些準備。 您可能需要停服該藥物，或調整劑量。 手術或醫療程序前，您可能還需要遵循不同的飲食說明。 請遵循保健提供者的指引。

照護團隊將在手術或醫療程序過程中檢查您的血糖水平。

以下是一些糖尿病藥物的例子。 並非完整清單，因此請確保您的照護團隊知道您正在服用的所有藥物。

- 胰島素。
- 二甲雙胍，例如 Glucophage® 或 Glumetza®。
- 含有二甲雙胍的藥物，例如 Janumet®。

- SGLT-2 抑制劑，例如卡格列淨 (Invokana®)、達格列淨 (Farxiga®)、恩格列淨 (Jardiance®)、埃格列淨 (Steglatro®)、貝格列淨 (Brenzavvy®) 和索格列淨 (Inpefa®)。
- GLP-1 受體促效劑。 請閱讀「GLP-1 減重藥物」章節，了解 GLP-1 藥物的例子。

GLP-1 減重藥物

如果您在服用 GLP-1 藥物，請務必告知您的保健提供者。 手術或醫療程序前，您必須遵循特殊的飲食說明。 **如果您在過去 30 天內的任何時間服用過 GLP-1 藥物，請務必遵循這些說明。 如您沒有遵循相關指示，您的手術或醫療程序可能會被延遲或取消。**

- **您需要在手術或醫療程序前一日早上 6 時開始進行清流質飲食。** 切勿進食任何固體食物。 詳情請參閱*Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet)。
- **到達時間前 8 小時停止飲用。** 在此之後不要飲食任何東西，包括清流質。 服藥時，可以喝少量水。

如需了解更多資訊，請參閱*Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)。

以下是一些 GLP-1 藥物的例子。 並非完整清單，因此請確保您的照護團隊知道您正在服用的所有藥物。 有時，會開具這些藥物來幫助管理糖尿病或其他病情。 其他時候，用來減肥。

• Semaglutide (Wegovy®, Ozempic®, Rybelsus®) • Dulaglutide (Trulicity®)	• Tirzepatide (Zepbound®, Mounjaro®) • Liraglutide (Saxenda®, Victoza®)

安排陪同返家

療程後，你必須由一位負責任的照護夥伴陪同返家。 負責任的照護夥伴須能協助您安全回家。 如他們有任何疑慮，應該能夠聯絡您的護理團隊。 請確保您在您的手術日前事先作出安排。

如果沒有負責的照護夥伴能陪你回家，則請致電以下代理。 他們會派人陪你返家。 他們會為此服務收取費用，而你需要提供交通工具。 可以使用的士或汽車服務，但仍需有一位負責任的照護夥伴陪同。

紐約的代理

VNS 醫療（VNS Health）：888-735-8913

照護他人（Caring People）：877-227-4649

新澤西的代理

照護他人（Caring People）：877-227-4649

如有需要，請向醫生索取信函

您可能需要在醫療程序之前取得許可函。 許可函是一封表明您可以安全接受該醫療程序的信函。 您的 MSK 醫生辦公室必須至少在醫療程序前一天收到您的許可函。

自動植入式心律整流除顫器 (AICD)

如果您有 AICD，請告知 MSK 醫生。 您需要一份您的心臟科專家（心臟科醫生）出具的許可函。

其他病徵

若您在過去 6 週內曾出現任何以下情況，則需要醫生開具的許可函：

- 胸痛。
- 出現呼吸困難或其情況惡化。
- 暈倒。

購買腸道準備用品

購買這些用品以進行腸道準備。 腸道準備通常被稱作備腸。

- 4 片 (5 mg) 比沙可啶 (Dulcolax®)。 這些藥物通常以一盒 10 片的形式出售。
- 1 瓶（8.3 安士或 238 克）聚乙二醇 (MiraLAX)。
- 64 安士非紅色、紫色或橙色的透明液體。 將其與 MiraLAX 混合使用。 於室溫下儲存。
    - Gatorade® 或 Powerade® 等運動飲品也是理想之選。 運動飲品將助您補充在腸道準備期間流失的電解質。
    - 若您患有糖尿病，請飲用無糖透明液體。

如有需要，購買額外用品

如您對這些問題的任何一條給出肯定答案，則可能需要購買額外用品：

- 您會否容易便秘（排便困難）或每週排便少於 3 次？
- 您有否服用麻醉藥（鴉片類藥物）？ 若不確定，請諮詢醫療保健提供者。 鴉片類藥物包括：
    - 芬太尼 (Duragesic®、Subsys®)
    - 嗎啡 (DepoDur®、Duramorph®)
    - 氫可酮 (Vicodin®)
    - 羥考酮 (Oxycontin®、Percocet®)
- 您過去是否曾在準備不足（結腸中有糞便）的情況下進行過結腸鏡檢查？

如您就這些問題的任何一條給出肯定答案：

- 購買額外的 MiraLAX。 您可以購買 1 盒 10 包（17 克）裝，或 1 瓶（4.1 安士或 119 克）。
- 如您尚未準備，請購買全流質飲食所需的飲品。 閱讀「結腸鏡檢查前 2 天」章節，了解進行全流質飲食時可飲用的飲品範例。

結腸鏡檢查前 5 天

停止服用口服鐵質補充品

若您服用鐵質補充品（吞服的鐵質補充劑）或含鐵的多元維他命，則需要在醫療程序前 5 天停止服用。 口服鐵質補充品會導致大便顏色變化， 相關補充品會令醫生更難清楚看到結腸。

結腸鏡檢查前 3 天

進行低纖維飲食

在結腸鏡檢查的前 3 天開始進行低纖維飲食。 在此期間，**請勿食用：**

- 生（未經煮熟的）水果及蔬菜。
- 整粒粟米，包括粟米罐頭。
- 全穀物，如燕麥片、糙米、藜麥或小麥麵包。
- 種籽類，例如罌粟籽和芝麻。
- 堅果。

停止服用任何纖維補充劑，例如車前草纖維 (Metamucil®)。

以下為進行低纖維飲食時可以進食的食物範例：

- 白飯
- 白麵包
- 肉類和魚類
- 奶類製品（包括芝士）
- 煮熟的蔬菜
- 去皮的熟薯仔（例如炸薯條）

與進行內鏡檢查的護士交談

您將於醫療程序前幾日接到內鏡護士的電話。 他們將與您一起審視本指南中的說明，並詢問有關您病歷的問題。

護士還將檢查您的藥物，並告訴您醫療程序當天早上該服用哪種藥物。

使用下方空白處將其記下。

結腸鏡檢查前 2 天

除非有以下情況，否則應進行低纖維飲食：

- 經常便秘或每週排便少於 3 次。
- 服用麻醉藥。
- 過去曾在準備不足的情況下進行過結腸鏡檢查。

如果您有其中任何一項情況，請停止進行低纖維飲食並遵循以下說明行事：

- 今日服用 3 劑（17 克）MiraLAX。 每次將 1 劑份量與 8 安士液體混合。 將這些劑量分散在一日內的不同時間服用。 例如，您可以在早餐、午餐和晚餐時各服用 1 劑。
- 進行全流質飲食。 進行全流質飲食時，只可進食或飲用流質，或在室溫下會化為液體的食物。 其中包括：
  - 乳酪（不含任何果肉）。
  - 不含果肉的果汁。
  - 梳打。
  - 已濾走蔬菜且不含任何固體食物的清湯或濃湯。
  - 不含任何果肉、堅果、軟糖或花生醬的雪糕、奶昔和水果雪葩。
  - 營養補充品，例如 Glucerna® 和 Ensure®。

結腸鏡檢查前 1 天

進行 MiraLAX 腸道準備

在醫療程序前一天的早上，將全部 8.3 安士（238 克）的 MiraLAX 粉末與 64 安士室溫清流質混合。 攪拌至 MiraLAX 粉末完全溶解。

在 MiraLAX 溶解後，可以將其放進雪櫃。 可以自行選擇。

請勿早於醫療程序前一天早上混合 MiraLAX。

進行清流質飲食。

您需要在醫療程序前一天進行清流質飲食。 清流質飲食只包括透明的液體。 可以在「清流質飲食」清單中找到相關例子。

當您在進行清流質飲食時：

- 請勿進食固體食物。
- 請勿飲用任何紅色、紫色或橙色液體。
- 清醒時，嘗試每小時至少喝 1 杯（8 安士）液體。
- 飲用不同類型的透明液體。 請勿只飲用水、咖啡和茶。 這將助您確保已攝取足夠卡路

里，也是結腸鏡檢查準備的重要組成部分。

- 若您患有糖尿病，則應僅飲用無糖透明液體，並經常檢查血糖水平。 如果您有任何問題，請向您的醫療團隊成員查詢。

清流質飲食		
	可以食用	**請勿食用**
湯類	• 清湯、肉湯或法式清湯。	• 任何附乾品或調味料顆粒的湯類。
甜品	• 果凍，例如 Jell-O®。 • 調味冰塊。 • 硬糖，例如 Life Savers® 和檸檬糖。	• 任何紅色、紫色或橙色飲品。 • 所有其他甜品。
飲品	• 淨果汁，例如檸檬水、蘋果汁、白蔓越莓汁及白葡萄汁。 • 汽水，例如姜啤、七喜®、雪碧® 及梳打水。 • 運動飲品，例如 Gatorade 和 Powerade。 • 咖啡（不含牛奶或奶精）。 • 茶（不含牛奶或奶精）。 • 水，包括已增稠的和調味的水。	• 任何紅色、紫色或橙色飲品。 包括紅色、紫色或橙色果汁、汽水及運動飲品。 • 含果肉的果汁。 • 果肉飲品。 • 果昔或奶昔。 • 牛奶、忌廉及其他奶品類。 • 堅果奶、植物奶、非乳製品奶精及其他乳製品替代品。 • 含酒精飲品。

請注意醫療程序時間

入院處的工作人員將在您醫療程序前一天的中午 (12:00) 之後打電話給您。 如果您的醫療程序安排在週一，他們會在前一個週五打電話給您。

工作人員會告訴您什麼時候到達醫院進行醫療程序。 他們還會提醒您要前往何處。 若您未有接到電話，請致電醫生辦公室。

如果需要取消醫療程序，請致電 212-639-5020 聯絡 GI 調度辦公室。

開始腸道準備

第 1 步：在醫療程序前一天的下午 4 時，伴着一杯水吞服 2 片 (5mg) 比沙可啶片劑。

第 2 步：下午 4 時 15 分，開始飲用 MiraLAX 混合物。

1. **下午 4 時 15 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。

2. **下午 4 時 30 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。
3. **下午 4 時 45 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。
4. **下午 5 時**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。

您合共需要飲用 32 安士（4 杯）混合物。

完成後，將剩下一半的 MiraLAX 混合物。 您飲用餘下半份 MiraLAX 混合物的時間將取決於您的預計到達時間。 請遵循第 3 步的指引。

排便通常在飲用第一劑後的 1 小時內開始，但對有些人而言可能需要更長時間。 如果您在飲用前半部分 MiraLAX 後沒有開始排便，請不要擔心。 繼續飲用透明液體，並按說明開始飲用後半部分的 MiraLAX。

每次排便後，將凡士林 (Vaseline®) 或 A&D® 軟膏塗抹於肛門周圍的皮膚上。 這樣有助防止刺激。

繼續飲用透明液體以補充水分並沖洗結腸。

> 若您服用 GLP-1 藥物：您的照護團隊將為您提供關於何時開始結腸鏡檢查腸道準備第 3 步的不同指示。 請遵循他們的指引。

第 3 步（若您被告知在上午 11 時之前到達並進行醫療程序）

如您的預約到達時間為上午 11 時前，請於醫療程序前一晚遵從以下指示。

晚上 11 時，伴着一杯水吞服 2 片比沙可啶片劑。 然後開始飲用後半部分的 MiraLAX 混合物。

1. **晚上 11 時 15 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。
2. **晚上 11 時 30 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。
3. **晚上 11 時 45 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。
4. **凌晨 12 時（午夜）**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。

確保您已喝光 MiraLAX 混合物。

您可以在預定到達時間的 4 小時前繼續飲用透明液體。

醫療程序完成前請勿進食。

結腸鏡檢查當天

若您服用 GLP-1 藥物：您的照護團隊將為您提供關於何時開始結腸鏡檢查腸道準備第 3 步的不同指示。 請遵循他們的指引。

第 3 步（若您被告知在上午 11 時或之後到達並進行醫療程序）

如您的預約到達時間為上午 11 時或之後，請於醫療程序當日早上遵從以下指示。

早上 6 時，伴着一杯水吞服 2 片比沙可啶片劑。 然後開始飲用後半部分的 MiraLAX 混合物。

1. **早上 6 時 15 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。
2. **早上 6 時 30 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。
3. **早上 6 時 45 分**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。
4. **早上 7 時**，喝下 1 杯（8 安士）混合物。

確保您已喝光 MiraLAX 混合物。

您可以在預定到達時間的 4 小時前繼續飲用透明液體。

醫療程序完成前請勿進食。

需謹記事項

- 醫療程序當天早上，僅服用醫生指示您服用的藥物。 服藥時喝幾口水。
- 請勿在胸部或手臂上塗抹任何乳液、面霜或粉。
- 取下所有珠寶，包括身體穿孔飾物。
- 將所有貴重物品留在家中，例如信用卡和珠寶。 我們沒有儲物櫃來存放您的貴重物品。
- 若您平常佩戴隱形眼鏡，請改為戴框架眼鏡。

攜帶的物品

☐ 您的錢包卡（如您有 AICD 並且您的卡尚未在醫院存檔）。

☐ 如您擁有急救用吸入器（例如用於哮喘的沙丁胺醇）。

☐ 眼鏡盒或假牙盒（如果您佩戴相關產品）。

☐ 您的醫療保健代理表（如已填寫）。

前往地點

您的醫療程序將在以下其中一個地點進行：

☐ **Memorial Hospital（MSK 主醫院）的內鏡檢查室**
1275 York Avenue（East 67th Street 和 East 68th Street 之間）
New York, NY 10065
乘坐 B 升降機到 2 樓。 右轉並通過玻璃門進入外科手術中心。

☐ **David H. Koch 中心**
530 East 74th St.
New York, NY 10021
乘坐升降機到 8 樓。

☐ **MSK Monmouth**
480 Red Hill Road
Middletown, NJ 07748

請瀏覽 www.msk.org/parking 了解這些地點的停車資訊。

有何期待

許多工作人員會要求您說出並拼寫自己的姓名和出生日期。 這是出於您的安全考慮。 名字相同或相似的病患可能會在同一天進行醫療程序。

當您該為醫療程序更衣時，您將穿上醫院的長外衣、罩袍和防滑襪。

醫療程序之前，您將與醫生會面。 他們將講解醫療程序，並回答您可能問及的問題。

您將與麻醉師會面。 他們將與您一起回顧病歷，並與您討論您將接受的麻醉類型（讓您入睡的藥物）。

結腸鏡檢查的時間到時，醫務人員將把您帶到手術室。 你將以膝蓋彎曲的姿勢向左側躺下。

您的保健提供者會將靜脈注射 (IV) 導管插入靜脈，其位置通常在您的手或手臂上。 您將透過靜脈注射進行麻醉，讓您昏昏欲睡。 當您入睡後，醫生就會開始醫療程序。

醫生會將結腸鏡置入直腸。 結腸鏡連接到影像監視器。 這樣醫生就能看到您的結腸內部。 醫生將利用空氣和液體讓結腸鏡在結腸內移動，同時在影像監視器上觀察異常情況。

整個過程通常需時不到 60 分鐘（1 小時）。

常見問題 (FAQ)

我正在準備且在完成之前已開始有鬆散的水狀糞便。 我還需要喝完餘下的液體嗎？

可以。 您必須喝完所有液體以徹底清理結腸，讓結腸鏡檢查能安全且完整地進行。

在飲用腸道準備液體後，我想嘔吐（噁心）或已經嘔吐了。 我應該怎麼辦？

很多人在服下腸道準備液體時可能會覺得噁心。為解決此問題，請嘗試將 MiraLAX 粉末與喜歡的透明液體混合。

如想嘔吐，請慢慢飲用，然後稍作休息。 也就是說，您應該停止飲用液體 30 到 45 分鐘以清空胃部。 休息時，如果您喜歡凍飲，可以將準備液體放入雪櫃。 休息後，嘗試再次慢慢飲用準備液體。 如有飲管，請使用飲管。

如出現嘔吐情況，請休息 30 到 45 分鐘。 若您家裡有止嘔藥，則可以在再次開始前先服用 1 劑。

您可以飲用任何喜歡的透明液體來保持水分。 重要的是，您必須喝掉所有準備液體以徹底清理結腸，讓結腸鏡檢查能安全且完整地進行。

結腸鏡檢查之後

護士將繼續監測您的心跳、呼吸和血壓。 很多人在結腸鏡檢查後會有腹脹和胃痙攣的感覺。 這是正常的，這些感覺在排出氣體後便會消失。

一旦您完全清醒，護士將取出您的靜脈注射導管。 如果您有人陪同，則護士會在您回家前向你們解釋出院指示。

居家

- 出院後，您可以立即開始清淡飲食。 開始要避免辛辣、油膩和油炸食物。 慢慢恢復正常飲食。 如果醫生希望您在某一時段限制飲食，他們會告訴您。
- 醫療程序後的 24 小時內不要飲用任何含酒精的飲品。
- 您可以在醫療程序後的 24 小時內恢復正常活動。

如果您進行了活體組織檢驗，則直腸有少量出血屬正常情況。 出血量不應超過幾滴。 出

血應在醫療程序後 24 小時內停止。

結腸鏡檢查後，排便不規律或與平時習慣不同屬正常情況。 這可能會在醫療程序後持續長達一星期。

何時致電您的保健提供者

如有以下任何一個情況，請致電保健提供者：

- 發燒至華氏 101 度（攝氏 38.3 度）或以上。
- 嚴重的胃痛或腹脹。
- 直腸出血持續超過 24 小時。
- 排便帶血。
- 虛弱、頭暈或噁心。
- 直腸大量出血。

如有問題或疑慮，請聯絡您的保健提供者。 您的照護團隊成員將在週一至週五上午 9:00 至 下午 5:00 後、 在這些時間之外，您亦可以留言或與其他 MSK 服務提供者交談。 該熱線將一直有醫生或護士待命。 如您不確定該如何聯絡您的保健提供者，請致電 212-639-2000。

如欲獲取更多資源，請瀏覽 www.mskcc.org/pe，於我們的虛擬圖書館內搜尋。

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 持有並保留所有權利