

# COLONOSCOPY

## 肠道准备说明

### 非常重要!

请遵照本说明清理结肠中的大便。仔细遵照本说明，会有最佳结果。如果肠道清洁不佳，导致医生无法清楚地看到您的结肠内部，那么检查的作用就不大，非常重要的情况可能被遗漏。也许您需要再进行一次检查。如果结肠不清洁，检查的风险更高。

**!** Pico-Salax不可用于肾脏病或心力衰竭等疾病的患者。

您的结肠镜检查医生可能会给您不同的准备说明。如果医生的说明与下面的不同，请遵照医生的说明。



**第1步结肠镜检查前一周**不要进食玉米、亚麻/罂粟/芝麻种子、坚果、鱼油或含铁的药物，包括含铁的多种维生素。

**第2步结肠镜检查前几天**去药房购买下面的特别泻药。您不需要处方，但是这些药物可能放在药店柜台后面。请咨询药剂师。（您的医生可能会建议与下面不同的泻药。请遵照医生的指示。）



- 2片Dulcolax（又称作比沙可啶）5毫克片剂
- 2小袋（一盒）Pico-Salax。
- 您的医生可能要求您服用另一种泻药，例如电解质制剂（Golytely或Colyte或PegLyte或Klean-Prep）或Bi-PegLyte，替代上面的Pico-Salax。请服用医生建议的泻药。
- 有些人服用泻药时会感到恶心。您也许要服用抗恶心的药物，比如Gravol。药剂师可以告诉您有哪些药物可以选择。

请登录[mycolonoscopy.ca](http://mycolonoscopy.ca)了解更多有关结肠镜检查的详情。

Optimizing colonoscopy, Harminder Singh和John R. Walker著, 2017. University of Manitoba, Canada  
符合Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 International License的许可。在不对该材料进行任何改动（没有演绎）的情况下，您可以复印和分发全部材料。



# COLONOSCOPY

## 第3步结肠镜检查的前一天



- 不要进食任何固体食物，直到结肠镜检查完成。
- 只喝清液，直到结肠镜检查之前2小时。清液是透明的液体。请参见下文列出的“可以喝的液体”。咖啡或茶可以加甜味剂，但不可以加牛奶或奶精。
- 尽量在清醒时每小时喝一杯清液。



### 可以喝的液体：

- 清汤
- 苹果汁、白葡萄汁、白蔓越莓汁
- 透明或柠檬Gatorade/Powerade
- 姜味汽水、水
- 咖啡或茶（可以加糖和甜味剂）
- 冰棒（不可以是红色或紫色）
- 柠檬或橙子Jello

### 不可以进食的食物和液体：

- ①不可以吃面包、谷物或米饭
- ①不可以喝有块状食物的汤
- ①不可以吃肉、鱼、家禽或海鲜
- ①不可以吃水果或蔬菜
- ①不可以喝牛奶或吃奶制品
- ①不可以喝红色、蓝色或紫色液体
- ①不可以喝酒精饮料



## 第4步结肠镜检查前一天晚6点--服用泻药

- 服用2片Dulcolax（比沙可啶）片剂
- 将一小袋Pico-Salax溶解在150毫升（一马克杯）冷水中。搅拌直至完全溶解。喝下泻药。然后在接下来的2小时内喝1.5升至2升各种清液或运动饮料（不要只喝水）。如果您的医生建议服用一种不同的泻药，请在结肠镜检查前一天晚6点至8点服用一半泻药。



请登录mycolonoscopy.ca了解更多有关结肠镜检查的详情。

Optimizing colonoscopy, Harminder Singh和John R. Walker著, 2017. University of Manitoba, Canada  
符合Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 International License的许可。在不对该材料进行任何改动（没有演绎）的情况下，您可以复印和分发全部材料。



INFORMED CHOICES ABOUT

# COLONOSCOPY

- 如果您感到恶心，可以服用Gravol（25至50毫克）或类似药物。Gravol可能会让您感到昏昏欲睡。
- 您需要服完所有泻药，这很重要。泻药会导致频繁拉肚子。目的是让您有水样大便，颜色透明到黄色。（要知道您在暴雪中开车时很难看清道路。同样，如果您的结肠不干净，医生在进行结肠镜检查时就会看不清楚。）



不行      不行      不行      差不多      准备好了！

## 第5步结肠镜检查当天



- 不要进食固体食物，只喝清液
- 结肠镜检查前4-5小时，将第2小袋Pico-Salax溶解于150毫升（一马克杯）冷水中，搅拌直至完全溶解。喝下泻药。然后在接下来的2小时内喝1.5升至2升各种清液或运动饮料（不要只喝水）。如果您的医生建议服用一种不同的泻药，请在结肠镜检查之前4小时服用剩余的一半。
- 结肠镜检查之前至少2小时停止喝任何液体。
- 您的大便应该是液体，颜色透明到黄色，这样可以让您的医生清楚地观察您的肠道。

请登录mycolonoscopy.ca了解更多有关结肠镜检查的详情。

Optimizing colonoscopy, Harminder Singh和John R. Walker著, 2017. University of Manitoba, Canada  
符合Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 International License的许可。在不对该材料进行任何改动（没有演绎）的情况下，您可以复印和分发全部材料。



# COLONOSCOPY



## 第6步请人送您去检查，并在检查结束后送您回家

- 应该有人在检查后留下来听结果，然后送您回家，这很重要。请他们写下检查结果以及今后几年中是否需要再进行一次结肠镜检查。由于使用了让您放松的药物，您在结肠镜检查后会感到昏昏欲睡。也许您会不记得检查结果。检查后立即开车会很危险。
- 检查结束后最多24小时内困倦和健忘的情形会渐渐好转，应该让人在这段时间内陪伴您。您将无法开车。



**关于结肠镜检查的问题：** 如果您有关于结肠镜检查准备方面的问题，或遇到困难，欢迎拨打为您做检查的医生诊所的电话（除非您被指示拨打不同的号码）。那里的工作人员经常处理此类问题。大多数诊所的工作时间是常规工作日的上午9点至下午4点。您的药剂师非常熟悉您的常规药物和用于准备结肠镜检查的各种不同泻药，也可以提供有帮助的信息。



**取消：** 如果您需要取消检查，请尽早告知结肠镜检查预约办公室。要知道如果您在最后一分钟取消，或者不取消而不去检查，这会浪费时间，而这段时间本来可以用来为其他正在等候的患者做检查。如果您错过或取消结肠镜检查，也许您需要等待好几个月才能再次预约检查。因此，请务必尽早取消并重新预约。

**结肠镜检查结果：** 除了您在结肠镜检查之后拿到的结果，您可能还会收到一份书面报告。如果您对结果有疑问，请联系进行结肠镜检查的医生或您的家庭医生。

# COLONOSCOPY

## 解决问题



**问题：**如果您的结肠镜检查安排在上午（比如9点），您需要早晨4点或5点起床。有些人感到这很难做到。

**建议：**研究表明，在结肠镜检查前一天晚上喝一半液体泻药，当天早晨再喝一半，这有助于更好地清洁肠道。要知道人们在进行长途旅行之前常常也需要早起。事先计划好清早频繁上厕所的同时可以做的事情（收音机、音乐、电视、电脑）。



**问题：**由于空气被导入用于帮助进行结肠镜检查，有些人在检查后会感到胀气。

**建议：**走动会有助于改善这种感觉。

**问题：**我要开很久的车才能到结肠镜检查机构/医院。

**建议：**大多数人发现，他们在结肠镜检查之前两小时并不需要频繁上厕所。如果您在路上需要花一个多小时，也许最好在结肠镜检查前一天晚上住在距检查地点较近的地方。您应该在喝完早上的一半泻药后至少过一小时再离开家或旅馆。

