

## 大肠镜检查-下午 Afternoon Colonoscopy - Simplified

### 使用 Glycoprep 说明

#### 大肠镜检查前准备

请按照以下麦克默里中心 (MacMurray Centre) 的指示，以求您的大肠镜检查达到最好的结果。大肠镜检查系利用内视镜，以视觉检查肠道。这是用来诊断和治疗肠道问题的一个重要的检查。为能看清楚肠道内膜，肠道必须全空。为达到此状态，须服用 Glycoprep. 它含生理盐水和电解质，可液化粪便，以助洗出肠道。此药可在药房买到。

如果你认为你的身体状况或慢性病，在准备或进行检查时，可能须要采取特殊注意事项，请致电麦克默里中心 (MacMurray Centre) 查询，电话 09 550 1080。

#### 平时服用的药物

- 如果你正在服用铁片，请在检查一周前停药。
- 如果你正在服用阿司匹林，Cartia，华法令(Warfarin) 或任何其它抗凝血（薄血）剂，请在检查前事先通知我们。
- 如果你有糖尿病，要事先通知我们，这很重要，因为有特别的指示，教你如何做准备。
- 在服用 Glycoprep 的前 4 小时或后 4 小时，你可照常服用其他药物。

#### 大肠镜检查前，须安排事宜

安排一个家庭成员或朋友（或出租车），在预约时间前，载你去 MacMurray Centre 以及大约 1.5 小时后，到那边载你回家。

非常重要的是，因为检查会使用镇静剂，当天你不可以开车或操作机械或有危险性的设备。

#### 需要随身携带什么

与您的病相关的，任何 X-光或钡检查的结果。

您平时服用的药物或其名称。

#### 检查前两天

开始吃低纤维饮食。（见背页）

#### 检查前一天

上午：继续吃低纤维饮食。

下午：低纤维的午餐。从晚上 8 点起，只能饮清的液体。直到你的检查完成前，停止所有固体食物。

晚上：晚上 8 点吃两片 Bisacodyl (Dulcolax)（当您买 Glycoprep 时，药房会附带给这药片）。

将 200 克的 Glycoprep，用 3 公升的水稀释混匀后，放进冰箱冷藏。

**请注意：上述时间，仅供参考。请看背頁**

## 检查当日

上午 6 点开始，每 15-20 分钟，喝 Glycoprep 稀释剂 1-2 杯，直到喝完为止。  
喝完每一公升后，可以喝茶，咖啡或不含果肉的果汁，来去除药味。大麦糖和硬糖也有帮助。

约定时间前，抵麦克默里中心 (MacMurray Centre) 报到。  
如你对检查程序或事前准备，有任何询问或怀疑之处，请即致电麦克默里中心 (MacMurray Centre) 09 5501080，不要迟疑。

检查程序开始前两小时，停止饮用所有的液体饮料。  
鼓励你喝清的流体饮料。在你准备检查期间，很重要是要喝大量的清的液体。  
注意：如果你口干或感觉有脱水现象，多喝液体或水。每杯水可加一茶匙糖和半茶匙盐。

完成清理肠道可能需要 6 小时，所以不要担心你喝光 Glycoprep 稀释剂后，你的大便是否已排清。

### 注意：

检查前准备会导致多次上厕所，建议你在容易找到厕所的范围内活动，留在家中可能更舒适。通便的反应，因人而异，往往在 30 分钟后生效，但也可能需要等三个小时。

只有完成上述的准备，肠道才会足够干净，来进行检查。干净的肠道，有助检查的满意和成功的完成。

## 建议的大肠镜检查前饮食

### 低纤维饮食

- 爆米花或玉米片（使用低脂牛奶）
- 蛋（不煎炒），煎蛋卷，淨（不加佐料）罐装意大利面条
- 白面包或吐司（不高纤维）
- 淨薄脆饼干（不是全麦或者多谷物）淨烤饼（不加葡萄干，枣子）
- 淨饼干（葛或葡萄酒）
- 黄油，人造黄油，奶酪
- 蜂蜜，果酱
- 酵母提取物，vegemite
- 鱼，去皮鸡肉（不油炸或浓腌制）
- 不可吃水果，蔬菜，果核，种子，红肉，黑面包，穆思里麦片 (muesli)。

### 清液体

- 水，茶和咖啡（不加奶）
- 柠檬味的能量饮料，碳酸饮料和无色的甘露。
- 应变果汁，一些汤（如紧张鸡面）
- 柠檬冰块，浅色果冻，大麦糖，硬糖

不可饮用高度着色（即红色，紫色，绿色）的饮料，鼓励你尽量多喝清液体，以助清除肠道，防止脱水。  
为了可口和改变口味，可尝试轮流喝不同种的清液体。

## 请注意：

如果您感到恶心，生姜啤酒可能有帮助，因其有天然抗恶心的特性。

喝了肠道准备药后，如有冷或胀的感觉，并非不寻常。只要穿温暖舒适的衣服，并尝试走走，以减轻腹胀。可用凡士林擦肛门周围，以减少清肠时的不适。重要的是要喝光全部的肠道准备药，完成肠道清除。如果您需要进一步的协助，请联系麦克默里中心(Macmurray Centre)。