

## 結腸鏡檢查，檸檬酸鎂加倍劑量腸道準備說明

**重要事項：**請立即閱讀這些說明，以便為結腸鏡檢查做準備。如果您有任何疑問或者需要取消或延遲預約，請致電**617-754-8888**。

### 檢查當天到哪裡登記：

- East Campus** , 330 Brookline Ave, Boston
  - Stoneman 3rd floor
  - Stoneman 4th floor在Feldberg車庫泊車
- West Campus**, 185 Pilgrim Road, Boston  
West Procedural Center (WPC) Farr 1<sup>st</sup> floor  
在Pilgrim Road車庫或Lowry Building車庫泊車
- Beth Israel Deaconess , Lexington Campus**  
482 Bedford Street, Lexington Ambulatory Surgery, 1<sup>st</sup> Floor

星期幾/日期 (Day/ date) : \_\_\_\_\_

到達時間 (Arrival time) : \_\_\_\_\_

檢查時間 (Procedure time) : \_\_\_\_\_

大概出院時間 (Approx. discharge time) : \_\_\_\_\_

檢查醫生 (Doctor) : \_\_\_\_\_

## 檢查前準備工作

- ❖ **藥物：**如果您服用Pepto-Bismol或任何鐵補充劑，請在檢查前7天停止服用。您可以繼續服用阿斯匹靈或類似止痛藥。如果您服用**血液稀釋劑**，而且在預約時未進行討論，請打電話給我們。請勿自行改變這些藥物。
- ❖ **糖尿病：**在改變飲食、藥物或胰島素泵之前，請聯絡管理您的糖尿病的醫生。
- ❖ **如果您可能已懷孕：**請在預約前諮詢您的產科/婦科醫生，以討論檢查的最佳時機以及最佳鎮靜/麻醉方法。
- ❖ **鎮靜：**大多數患者在檢查期間會接受鎮靜劑。如果您有以下任何情況，請提前通知我們，因為這些情況可能會影響您可能接受的鎮靜：
  - 與鎮靜劑或鎮痛藥/麻醉劑有關的過敏反應或其他問題
  - 您的體重超過300磅
  - 您正在服用麻醉性止痛藥
  - 您有嚴重肝病
- ❖ 從鎮靜中恢復期間，您不應該返回工作單位或學校，也不應該做重要的決定或照護兒童。除非另有指示，否則您可以在第二天恢復所有活動。
- ❖ **安排乘車回家：**您準備出院時，必須有一位負責成年人到檢查區域。除非您計劃在不接受鎮靜的情況下進行檢查，否則不作任何例外。如果您希望在不接受鎮靜的情況下進行檢查，您應該提前與醫生討論。**鎮靜後，您不能自己開車回家。**
- ❖ 有關更多資訊，請使用您的手機相機掃描此代碼，或瀏覽[www.bidmc.org/gipreps](http://www.bidmc.org/gipreps)，以查看我們網站上的「檢查前準備工作」頁面。



## 結腸鏡檢查腸道準備：檸檬酸鎂加倍劑量

### 腸道準備清單

#### 結腸鏡檢查前七（7）天

- 開始低渣飲食。有關應避免食用哪些食物的指南，請參見隨附的資訊表。

#### 結腸鏡檢查前兩（2）天

- 醒來後請應立即開始清澈液體飲食。請務必在接下來的兩天內喝大量清澈液體。有關清澈液體的列表，請參閱資訊表。
- 下午3點—檸檬酸鎂第1天，第1劑：喝一瓶半檸檬酸鎂（15盎司）。
- 在接下來的兩小時內：至少喝三杯清澈液體，每杯8盎司。
- 晚上9點—檸檬酸鎂第1天，第2劑：喝一瓶半檸檬酸鎂（15盎司）。您必須在睡覺前完成此劑量。

#### 結腸鏡檢查前一天

- 保持清澈液體飲食。請務必全天喝大量清澈液體。有關清澈液體的列表，請參閱資訊表。
- 晚上7點—檸檬酸鎂第2天，第1劑：再喝一瓶半檸檬酸鎂（15盎司）。
- 在接下來的兩小時內：至少喝三杯清澈液體，每杯8盎司。

#### 結腸鏡檢查當天

- 在預定檢查時間前六小時—檸檬酸鎂第2天，第2劑：喝最後一瓶半檸檬酸鎂（15盎司）。

我們知道您可能需要在半夜醒來服用最後一劑腸道準備溶液，但我們發現這種方法清潔結腸的效果最佳。即使您的大便在您完成所有劑量之前就可能已經變清澈，您仍然必須完成所有劑量。

- 在預定檢查時間前四小時：停止飲用任何液體。可以隨一小口水服用您在上午常規服用的藥物。如果您患有糖尿病或服用血液稀釋劑，請遵循醫生有關您可能需要改變用藥的任何建議。

### 重要事項！

請在檢查前至少一週閱讀所有說明，如有任何疑問，請致電我們的辦公室。



### 您將需要什麼

- 六（6）瓶\*（每瓶10盎司）檸檬酸鎂，檸檬或原始口味（除非不含色素，否則不得為櫻桃或葡萄口味）

可選：

- 三（3）瓶（每瓶16盎司）清澈液體或運動飲料（液體不得為紅色或粉紅色）
- Jell-O包，顏色可以為除紅色和粉紅色以外的其他任何顏色
- 蔬菜、雞肉或牛肉湯塊
- 嬰兒濕巾

### 腸道準備提示

- 如果您在做腸道準備時感到噁心，薄荷茶或吮吸檸檬可能會有所幫助。
- 將腸道準備溶液放在冰上也可能會有所幫助。
- 開始腹瀉後，您可以用嬰兒濕巾來預防刺激症狀。不要使用凡士林膠或Desitin。



檸檬酸鎂的鈉含量很高。如果您患有腎臟或充血性心臟衰竭，請在使用檸檬酸鎂進行腸道準備之前先諮詢醫生。

## 低渣和清澈液體飲食

以下是在檢查前遵循低渣飲食時可以食用的食物指南，以及在檢查前準備階段可以飲用的清澈液體列表。通常，應避免食用任何堅硬或高纖維食物，並避免食用含全穀物、堅果、植物種籽、外皮或紅色色素的食物。

### 重要事項！

低渣飲食會幫助您實現最佳的結腸準備效果。如果不確定某種食物是否為低渣，為檢查做準備時最好不要食用。



食物分組	可食用的食物	應避免食用的食物
牛奶和奶製品	牛奶、豆奶或堅果奶（只要不含固體物質）、冰淇淋、優格、奶酪	避免食用含堅果、植物種籽或水果的奶製品
飲料	咖啡、茶、蘇打水、不含果肉的果汁、Kool-Aid（不含紅色色素）、Boost、Ensure或其他未添加纖維的營養補充品	避免飲用含果肉、植物種籽、添加纖維的飲料及西梅汁
麵包、穀類食品 and 澱粉食品	任何精製麵包，包括英式鬆餅、皮塔餅、餅乾、小鬆餅、薄脆餅、薄煎餅、華夫餅乾、麥片、玉米片、大米脆餅、白米飯、精製義大利麵	避免食用全穀物、燕麥片、格蘭諾拉麥片、含植物種籽或堅果的任何食物、玉米麵包、全麥餅乾、糙米或野米、馬鈴薯皮、藜麥
水果	不帶皮或種子的水果罐頭或熟水果、蘋果醬、熟香蕉、果凍蔓越莓醬	避免食用生水果（熟香蕉除外）、鳳梨罐頭、柳橙、混合水果、乾果、全蔓越莓醬、鱷梨
蔬菜	不含種子或皮的嫩熟蔬菜罐頭或冷凍蔬菜，例如去皮的胡蘿蔔或甜菜、過濾的蔬菜汁或番茄醬	避免食用生蔬菜和任何堅硬或高纖維的熟蔬菜，例如青花菜、蘆筍、菠菜等。
肉類和肉類替代品	嫩熟魚肉、家禽肉、牛肉、豬肉、雞蛋、豆腐、幼滑的堅果醬	避免食用軟骨、冷盤或香腸，以及用全穀物、植物種籽或堅果、豆類、豌豆或金麥豌豆製成的肉類替代品
其他	鹽、糖、磨碎或片狀香料、巧克力、任何液體或幼滑調味品，例如番茄醬、醬油、蛋黃醬或果凍（但不加果醬或蜜餞）	避免食用胡椒、植物種籽香料或其他植物種籽、堅果、爆玉米花、醃菜、橄欖

### 清澈液體飲食：請務必避免脫水，全天喝大量清澈液體！

到腸道準備的清澈液體階段後，您只能飲用水；淺色蘇打水；茶或咖啡（僅限清茶/咖啡，不含奶油或牛奶）；清澈果汁；Gatorade或其他運動飲料（不含紅色色素）；雞肉、牛肉和蔬菜湯；肉湯；Jell-O（紅色Jell-O除外）和冰棒（紅色冰棒除外）。

避免食用固體食物。避免食用或飲用硬糖或口香糖、含紅色色素的飲料、奶製品、含果肉的果汁、含酒精的飲料。