

MIRALAX/폴리에틸렌 글리콜 표준 장 정결 준비

대장내시경에서 최상의 결과를 얻을 수 있도록, 담당 의사가 제공한 본 지침을 따라 주십시오. 대장의 상태가 깨끗해야 진료팀이 시술을 정확하게 시행하는 데 도움이 됩니다. 대장이 충분히 깨끗하지 않으면 예약 일정을 다시 잡아야 할 수 있습니다.

비의료적 준비 관련 질문:

- **Gifthealth** 측에 833-614-4438 번호로 전화하거나 Care@gifthealth.com으로 이메일을 보내십시오.
- **Gifthealth**를 이용하지 않는 경우 위에 기재된 클리닉 번호로 전화해 주세요.

의료 관련 질문:

- 업무 시간(오전 7:30~오후 5:00)에는 위에 기재된 클리닉 번호로 전화해 주세요.
- 업무 시간 외(오후 5:00~오전 7:30)에는 긴급 의료 질문에 답변할 당직 의사가 있습니다.

시술 며칠 전 유념할 사항

특별 참고 사항:

- Coumadin 또는 Plavix와 같은 **혈액 희석제**를 복용 중이며 WAGI 간호사와 상담하지 않은 경우, 병원에 연락하십시오.
- **GLP-1 약물**(Ozempic 등)을 복용 중인 경우, 주 1회 투여 약물은 시술 최소 7일 전부터, 매일 투여 약물은 시술 전날부터 중단하십시오(본원에서 달리 안내한 경우 제외). 이와 관련하여 우려 사항이 있으면 담당 의료인에게 문의하십시오.
- **SGLT2 약물**(Jardiance 등)을 복용 중인 경우, 시술 3일 전부터 중단하십시오. 이와 관련하여 우려 사항이 있으면 담당 의료인에게 문의하십시오.
- 심박조율기, AICD 또는 기타 이식형 의료 기기(**Inspire 기기 제외**)가 있으며 WAGI 간호사와 상담하지 않은 경우, 클리닉에 연락하십시오.
- 당뇨병이 있는 경우, 5페이지의 당뇨 관리 지침을 따르십시오.

운전자 확인 및 지침:

운전자는 현장에서 1~2시간 머무를 계획을 해야 합니다. 운전자는 접수처의 승인을 받으면 잠시 자리를 비울 수 있습니다. 오후 3시 이후에 시작하는 시술의 경우, 운전자는 대기실에 머물러야 합니다. 택시, 차량 공유 또는 의료 이송이 필요한 경우, 시술을 늦어도 오후 2시까지로 예약하십시오.

시술 7일 전

- 철분 및 식이섬유 보충제 사용을 중단하십시오

시술 3일 전

- 생과일, 생채소, 씨가 들어 있는 채소, 팝콘, 견과류 및 씨앗류 섭취를 중단하십시오.
- 다음 물품을 구매하십시오. **Gifthealth에서 준비용 제품을 구매한 경우, 이 물품들을 구매할 필요가 없습니다.**
 - MiraLAX(폴리에틸렌글리콜 3350): 8.3온스 용기 1개.
 - 구연산마그네슘: 10온스 병 1개(만성 신장 질환/신부전이 있는 경우 구매하지 마십시오).
 - Dulcolax(비사코딜): 5mg 정제 1상자. 준비 과정에 정제 4개가 필요합니다.
 - MiraLAX와 섞을 Gatorade/스포츠 음료(당뇨병이 있는 경우 무가당): 병 크기에 따라 54~64온스(빨간색/보라색 제외).
 - 맑은 유동식 식단용 물품(2페이지 참조).
 - 선택 사항: 바셀린/데시틴 및 아기 물티슈(피부 자극용). 성인용 기저귀(새는 것이 걱정되는 경우).

시술 2일 전

- 생과일, 생채소, 씨가 들어 있는 채소, 팝콘, 견과류 및 씨앗류를 계속 피하십시오.

시술 전날 따라야 할 지침은 2페이지를 참조하십시오.

시술 전 날

맑은 유동식만 섭취하십시오. 고형식은 절대 섭취하지 마십시오!

마리화나(THC 제품) 또는 알코올을 섭취하지 마십시오.

탈수를 예방하기 위해, 준비 용액을 섭취하는 동안에도 준비 전과 준비 과정 내내 맑은 유동식을 추가로 섭취하십시오.

맑은 유동식 식단

피해야 할 것:

- 우유, 유제품, 크림
- 과육이 있는 주스
- 빨간색 또는 보라색 식음료
- 알코올

허용되는 것:

- 탄산음료, 블랙 커피, 차, 물
- 맑은 주스(과육 없음), 피트니스 워터
- 아이스바
- 저나트륨 닭고기, 채소 및 소고기 육수
- 젤라틴(예: Jell-O)



오후 3시경:

Dulcolax 5mg 정제 2개를 물 한 컵과 함께 복용하십시오.

오후 5시경:

Gatorade 또는 향이 첨가된 음료 믹스 54~64온스를 피처에 붓습니다. MiraLAX 용기 전체를 섞습니다.

- 이 지침은 포장에 기재된 지침과 다를 수 있습니다. 본원의 지침을 따라 주십시오.
- 일부 환자는 준비 용액을 차갑게 해서 빨대로 마시면 더 쉽게 마실 수 있다고 합니다.

오후 5시~7시경:

혼합물의 절반(27~32온스)을 다 마실 때까지 10~15분마다 용액 8온스 한 컵을 마시십시오.

오후 9시~10시경:

Dulcolax 5mg 정제 2개를 물 한 컵과 함께 복용하십시오.

참고: 설사는 일반적으로 첫 복용 후 1시간 이내에 시작되지만, 최대 6시간이 걸릴 수 있습니다. 준비 용액을 마신 후 6시간이 지나도 배변이 없으면, 구연산마그네슘 용액을 준비해 마시십시오. 만성 신장 질환/신부전이 있는 경우 구연산마그네슘을 복용하지 말고, 대신 맑은 유동식을 계속 마시십시오. 항문 부위에 자극이 생기면 아기 물티슈를 사용하고, 배변 후마다 바셀린/데시틴을 바르십시오.

시술 당일 따라야 할 지침은 3페이지를 참조하십시오.

시술 당일

맑은 유동식만 섭취하십시오. 고형식은 절대 섭취하지 마십시오!

탈수를 예방하기 위해, 시술 3시간 전까지 준비 용액 외에도 맑은 유동식을 추가로 섭취하십시오. 마리화나(THC 제품) 또는 알코올을 섭취하지 마십시오.

시술 5~6시간 전:

- 준비 용액의 나머지 절반을 마시기 시작하십시오. 전날 밤과 같은 속도로 준비 용액을 마시십시오.
- 준비 용액을 모두 마셨지만 대변이 맑지 않은 경우, 아직 마시지 않았다면 지금 구연산마그네슘 용액을 모두 마시십시오.
- 시술 3시간 전까지 맑은 유동식을 계속 마시십시오.
- 중단하라는 안내를 받은 경우가 아니라면 정기적으로 처방받은 약을 복용하십시오. 여기에는 혈압약도 포함됩니다.

시술 3시간 전: 껌, 목캔디, 사탕, 민트 또는 씹는 담배를 포함하여 아무것도 입에 넣지 마십시오.

시술 준비가 되었는지 어떻게 알 수 있나요?

- 준비 용액을 모두 마신 후에는 배변이 모두 묽고 노란색이며, 그림 #4 또는 #5처럼 맑아야 합니다. 변기 바닥이 비쳐 보아야 합니다.
- 배변이 고형이거나 그림 #1, #2 또는 #3처럼 보이면 준비가 된 상태가 아니므로, 정상 업무 시간 중에 본원에 전화하여 일정을 다시 잡아야 합니다.



시술 시 다음 사항을 챙기십시오:

- 귀가를 도와줄 책임 있는 운전자. 걸어서 가거나, 버스를 타거나, 직접 운전해서 귀가하는 것은 허용되지 않습니다.
- 보험 카드와 사진이 있는 신분증.
- 복용 약물이 기재되어 있으며 작성 완료된 환자 정보 양식(PIF).
- 흡입기: 흡입기를 사용하는 경우 지참하십시오
- 틀니, 보청기, 안경: 이러한 물품을 착용하는 경우 보관 케이스를 지참하십시오. 시술 중 제거해야 할 수 있습니다.

안전을 위해 운전자가 귀가에 동행해야 합니다. 다음 날까지 운전, 기계 조작 또는 업무를 할 수 없습니다. 사전에 조율된 경우가 아니라면, 운전자 없이 도착할 경우 시술 일정이 다시 잡힙니다. 택시, 차량 공유 또는 의료 이송이 필요한 경우 반드시 시술을 늦어도 오후 2시까지 예약해야 합니다.

무기는 금지됩니다. 귀중품은 집에 두고 오십시오. 분실된 개인 물품에 대해 본원이 책임지지 않습니다.

자주 묻는 질문

시술 3일 전에 “고섬유질” 음식을 먹으면 일정을 다시 잡아야 하나요? 일정을 다시 잡을 필요는 없지만, 씨앗이나 견과류를 먹으면 준비 과정과 시술에 영향을 줄 수 있습니다. 많이 섭취하신 경우, 본원에 연락해 주십시오.

피해야 할 고섬유질 음식은 무엇인가요? 생과일, 채소, 견과류, 씨앗류, 통곡물 빵, 콩, 렌틸콩 등입니다.

저섬유질 식단에서 먹을 수 있는 음식은 무엇인가요? 흰 빵, 흰 쌀밥, 흰 밀가루로 만든 파스타, 그리고 닭고기, 생선, 유제품 및 달걀입니다.

복용할 수 있는 다른 준비제가 있나요? 준비제는 담당 의사가 배정한 것입니다. 이 준비제에 대해 우려 사항이 있으면 정상 업무 시간 중에 병원에 전화하여 안내를 받으십시오.

저는 당뇨병이 있고 고형 음식을 먹지 않으면 혈당이 너무 낮아질 수 있는데, 어떻게 해야 하나요? 혈당을 유지하기 위해 시술 전날 당분이 포함된 음료를 마시십시오.

맑은 유동식 식단 중에 커피를 마셔도 되나요? 예, 유제품이나 유제품 대체품이 들어 있지 않은 블랙 커피는 마셔도 됩니다.

유동식 식단 중에 술을 마셔도 되나요? 아니요, 유동식 식단 중에는 알코올이 허용되지 않습니다.

완하제를 시작한 후에도 유동식 식단을 계속해도 되나요? 예, 시술 3시간 전까지 유동식 식단을 계속하십시오.

준비제가 메스꺼움/구토를 유발합니다. 어떻게 해야 하나요? 마시는 속도를 줄이고, 용액을 차갑게 하며, 빨대를 사용하십시오. 구토가 계속되거나 준비제를 끝까지 마실 수 없으면 중단하고 업무 시간 중에 병원에 전화하십시오.

배변이 나오지 않는데, 어떻게 해야 하나요? 설사는 일반적으로 첫 복용 후 1시간 이내에 시작되지만, 최대 6시간이 걸릴 수 있습니다. 준비제를 마신 후 6시간이 지나도 배변이 없으면, 구연산마그네슘 용액을 준비해 마시십시오(신장 질환/신부전이 없는 경우). 신장 질환이 있는 경우, 맑은 유동식을 마시십시오.

준비제를 모두 마셨는데도 아직 맑지 않습니다. 어떻게 해야 하나요?

- 시술 시간까지 3시간 넘게 남았다면, 구연산마그네슘을 준비해 마시십시오(신장 질환/신부전이 없는 경우). 이미 구연산마그네슘을 마셨는데도 장 정결 상태가 맑지 않으면 클리닉에 전화하십시오.
- 시술 전 3시간 미만이 남았고 아직 맑지 않다면, 아무것도 마시지 말고 클리닉에 전화하여 일정을 다시 잡으십시오.

대장을 깨끗이 하려면 용액을 모두 마셔야 하나요? 예, 모든 준비 지침을 주의 깊게 따르고 용액 전체를 마셔야 합니다. 성공적인 정결에 필요한 준비제의 양은 키나 체중으로 결정되지 않습니다. 정결이 완전히 되어야 의사가 철저한 검사를 시행할 수 있습니다. 정결이 불완전하면 시술 일정을 다시 잡아야 합니다.

왜 두 번째 복용을 위해 그렇게 일찍 일어나야 하나요? 첫 번째 복용은 대변의 대부분을 비웁니다. 두 번째 복용은 남아 있는 작은 대변 조각을 제거합니다. 용종은 작고 납작할 수 있으며, 대장에 잔여물이 남아 있으면 보기 어려울 수 있습니다.

맑은 대변이란 무엇인가요? 맑은 대변은 완전히 투명하고 약간 노란색이나 갈색 빛이 있을 수 있으며, 고형물이 없는 상태입니다. 변기 바닥이 보여야 합니다.

대장내시경 3시간 전에는 왜 아무것도 먹거나 마시면 안 되나요? 본원의 최우선 관심사는 귀하의 건강과 안전입니다. 대장내시경 중 긴장을 풀 수 있도록 진정제가 투여됩니다. 이 약물들은 위 안의 음식과 액체를 유지하는 신체 능력에 영향을 줍니다. 위 안에 무엇이든 있으면 음식이나 액체가 기도로 올라가 폐로 들어가 폐에 폐쇄 또는 감염을 일으킬 위험이 있습니다. 이 지침을 따르지 않으면 시술 일정이 다시 잡힙니다.

시술 시 향수/코롱을 사용해도 되나요? 아니요, 본원은 무향 시설입니다.

시술 후 술을 마시거나 진정제를 복용해도 괜찮나요? 아니요, 시술 후 12시간 동안 알코올, 진정제 및 마리화나(THC 제품)를 피해야 합니다.

내시경 시술을 위한 당뇨 관리 지침

이는 일반 지침입니다. 인슐린 펌프가 있거나 구체적인 질문 또는 우려 사항이 있는 경우, 당뇨병을 관리하는 의료진에게 전화하십시오.

- 당뇨병 환자는 시술 후 식사를 하고 가능한 한 평소 시간에 가깝게 약을 복용할 수 있도록 이른 시간대에 예약해야 합니다.
- 당뇨병이 있는 사람의 경우, 식사를 거르게 하는 모든 시술에는 혈당을 안전하게 관리하기 위한 특별한 계획이 필요합니다. 시술을 준비하는 동안 당뇨병 약을 줄이고 혈당을 모니터링하는 것이 중요합니다. 준비일(대장내시경을 받는 경우)과 시술일 모두에 모든 식사 전과 취침 시 혈당을 확인해야 합니다. 또한 저혈당 또는 고혈당 가능성을 시사하는 증상이 있을 때마다 혈당을 확인하십시오.

인슐린을 복용하는 환자: 시술 전날에는 평소 복용량의 절반을 투여하는 것을 권장합니다. 하루 중 평소 시간에 혈당을 확인하십시오. 수치가 평소에 정규 인슐린 추가 투여가 필요한 정도라면, 해당 수치에 대해 평소 투여할 양의 절반을 투여하는 것을 권장합니다. 시술 당일 아침에는 인슐린을 전혀 투여하지 마십시오. 시술 후에는 일반 식단으로 돌아가게 되며, 그때 평소 일정에 따라 인슐린을 재개할 수 있습니다.

경구 당뇨병 약을 복용하는 환자: 시술 전날에는 평소 복용량의 절반을 복용하는 것을 권장합니다. 시술이 완료될 때까지 시술 당일에는 당뇨병 약을 복용하지 마십시오.

GLP-1 약물(Ozempic 등)을 복용하는 환자: 주 1회 투여 약물은 시술 최소 7일 전부터, 매일 투여 약물은 시술 전날부터 중단하십시오(본원에서 달리 안내한 경우 제외). 이와 관련하여 우려 사항이 있으면 담당 의료인에게 문의하십시오.

SGLT2 약물(Jardiance[엠파글리플로진], Farxiga[다파글리플로진] 또는 Invokana[카나글리플로진])을 복용하는 환자: 시술 3일 전부터 중단하십시오(본원에서 달리 안내한 경우 제외). 이와 관련하여 우려 사항이 있으면 담당 의료인에게 문의하십시오.

맑은 유동식 식단 옵션:

- 식사 시 탄수화물 45g을 목표로 하십시오. 간식은 탄수화물 15~30g을 목표로 하십시오.
- 빨간색 및 보라색 식음료를 피해야 함을 기억하십시오.
- 다양한 맑은 유동식 옵션의 탄수화물 함량:
 - 사과 주스(4온스): 15g
 - 백포도 주스(4온스): 15g
 - Gatorade와 같은 스포츠 음료(8온스): 14g
 - Jell-O(일반 가당 1/2컵): 15g
 - 아이스바: 당류 15g (커피나 차를 달게 하기 위한 설탕 1티스푼): 4g
- 탄수화물이 없는 맑은 유동식 항목에는 육수 및 기타 맑은 수프, 다이어트 탄산음료, 커피(우유 또는 우유 대체품 없음), 차, 탄산수, 향이 첨가된 물이 포함됩니다.