



결장경 검사/굴곡성 직장경 검사를 위한 당뇨병 식이요법 및 약물요법 지침

다음은 내시경 시술을 진행하는 당뇨병 환자를 위한 식이요법 및 약물요법 권고 사항에 대한 정보입니다. 본 권고 사항에 대한 질문이 있는 경우에는 전화해 주십시오. 귀하의 특정 상황에 따라 귀하의 주치의 또는 내분비 전문의에게 자세한 지침을 문의하도록 요청드릴 수 있습니다.

당뇨병이 있는 환자의 경우, 식사를 거르거나 정상적인 식사 계획을 변경하게 되는 시술에는 혈당을 안전하게 관리하기 위한 특별한 계획이 필요하게 됩니다.

- 시술 후에 식사를 하고 가능한 빨리 정상적인 복용 시간에 가깝게 약물을 복용할 수 있도록 이른 아침 시간으로 예약 일정을 잡으십시오.
- 준비일과 시술 전날에는 모든 식전 시간과 취침 시간에 혈당을 검사하십시오.
- 저혈당 또는 매우 높은 혈당의 증상이 발생하는 경우에는 언제든지 혈당을 검사하십시오.
- 2일 또는 3일 준비를 사용하는 경우, 맑은 유동식을 하게 되는 각 해당일의 지침을 따르십시오.

식이요법: 결장경 검사 전날의 맑은 유동식 선택: 설명이나 예를 보시려면 내시경 검사를 위한 무색액체 식단 전단지를 보십시오

- 식사의 탄수화물 양은 45그램으로, 간식의 탄수화물 양은 15-30그램으로 정하십시오. 빨간색, 오렌지색 또는 자주색 액체나 성분에 빨간색 색소가 들어 있는 것은 피하십시오. 빨간색 색소가 없는 투명, 노란색, 파란색 또는 녹색 음료를 사용하십시오(예: 주황색, 레몬, 라임, 사과, 백포도, 복숭아, 바나나, 블루라즈베리).
- 충분한 단백질 섭취가 중요합니다. Atkins Lift Protein Drinks, Ensure Active Clear, and Boost Breeze 같은 무색 프로틴 드링크를 식품점, 약국 및 인터넷에서 찾으십시오. 참고: 빨간색이나 보라색 음료밖에 찾을 수 없다면 마셔도 괜찮지만 24시간동안 2병 이상 마시지 마시고 가능하다면 클립소다, 스프라이트/세븐업, 탄산수 등의 무색의 음료로 희석해서 드시면 좋겠습니다.

식품:	탄수화물 그램수
Ensure Clear - 복숭아(4온스)	18
Boost Breeze* - 빨간색 제외(4온스)	27
투명한 사과 주스(사이다 제외)(4온스)	15
백포도 주스(4온스)	20
Gatorade와 같은 스포츠 드링크	14
젤리(젤로), 일반 가당(1/2 컵)	15
아이스캔스 또는 아이스 팝(라벨 표기)	15
이탈리안 아이스 - 샤베트 아님(라벨 표기)	30
코코넛 물 (8 온스)	11
설탕(커피 또는 차 용)(1 티스푼 또는 포켓)	4
Atkins Lift Protein Drinks	0
무지방 수프, 부용 또는 콩소메	0
투명 다이어트 소다	0
커피	0
차, 무가당 또는 다이어트	0
탄산수	0
향미워터	0

* 지역에서는 시판되지 않을 수 있지만, 온라인으로 구입 가능합니다. 지역 약국에서 확인하십시오.

샘플 메뉴

빨간색이거나 빨간색 색소가 함유된 음식은 피하십시오(체리, 베리 또는 포도맛). 하루종일 간식을 드시고 물을 많이 드십시오.

아침 식사:	점심 식사:	저녁 식사:
사과 주스 또는 백포도 주스(1컵) 일반 가당 젤리(1컵) 레몬 차	수프 이탈리안 아이스(1/2컵) 레몬 차 일반 가당 젤리(1/2컵)	수프 사과 주스 또는 백포도 주스(1컵) 레몬 차 일반 가당 젤리(1/2컵)

당신의 당뇨약 조절:

시술 전날(준비일)

- 상기에 명시된 맑은 유동식을 따르고 다음과 같이 약물 복용을 조정하십시오.
- 무색 액체 식단을 시작하여 내시경 검사를 할때까지 아래 절차를 따르십시오.

복용 약물	아침	점심/저녁	취침시
엑토스(피오글리타존), 엑토플러스메트(피오글리타존 및 메트포민), 아반디아, 아반다메트, 바이에타, 파시가, 글루코페이지(메트포민), 인보카나, 자누비아, 자누메트, 네시나, 온글라이자, 트라드젠타	일반 투여량 복용	일반 투여량 복용	
아마릴(글리메피라이드), 아반다릴, 다이아베타, 그리네이즈, 마이크로네이즈(글리부라이드), 듀에탁트(피오글리타존 및 글리메피라이드), 글로코트롤, 글로코트롤 XL(글리피자이드), 글루코반스(글리부라이드 및 메트포민), 자디양, 메타글리프(글리피자이드 및 메트포민 HCl), 프라딘(레파클리나이드), 스타릴릭스(네이트글리나이드), 빅토자	복용 금지	복용 금지	복용 금지
란투스 레버미어	일반 투여량 복용		일반 투여량 복용
휴마로그, 노보로그, 일반 인슐린 또는 NPH 인슐린 인슐린 슬라이딩 스케일을 사용하고 있는 경우, 계속 사용해도 됩니다.	고정 투여량을 복용하는 경우 일반 투여량의 ½을 복용하거나 - 또는 - 탄수화물 량에 자신의 일반 탄수화물 비율 적용	고정 투여량을 복용하는 경우 일반 투여량의 ½을 복용하거나 - 또는 - 탄수화물 량에 자신의 일반 탄수화물 비율 적용	
프리믹스 인슐린; 75/25, 노보린 70/30 또는 노보로그 믹스 70/30	아침 식사시 일반 투여량의 ½ 복용	저녁 식사시 일반 투여량의 ½ 복용	
인슐린을 제외한 주사용 약: 바이두레온Bydureon (exenatide), 탄지움Tanzeum (albiglutide), 트룰리시티Trulicity (dulaglutide)	일주일에 한번씩 맞는 스케줄이 이 날짜안에 들었을때만 사용하십시오.		

시술 당일:

시술 후에 놓친 복용분을 보충해서 복용하거나 "2배로" 복용하지 마십시오.

복용 약물	아침
액토스(피오글리타존), 액토플러스메트(피오글리타존 및 메트포민), 아반디아, 아반다메트, 바이에타, 파시가, 글루코페이징(메트포민), 인보카나, 자누비아, 자누메트, 네시나, 온글라이자, 트라드젠타	일반 투여량 복용
아마릴(글리메피라이드), 아반다릴, 다이아베타, 그리네이즈, 마이크로네이즈(글리부라이드), 듀에탁트(피오글리타존 및 글리메피라이드), 글로코트롤, 글로코트롤 XL(글리피자이드), 글루코반스(글리부라이드 및 메트포민), 자디앙, 메타글리프(글리피자이드 및 메트포민 HCl), 프라딘(레파클리나이드), 스타릴릭스(네이트글리나이드), 빅토자	복용 금지
란투스, 레버미어	일반 투여분의 1/2 복용
휴마로그, 노보로그, 일반 인슐린 또는 NPH 인슐린. 인슐린 슬라이딩 스케줄을 사용하고 있는 경우, 계속 사용해도 됩니다.	복용 금지
프리믹스 인슐린; 75/25, 노보린 70/30 또는 노보로그 믹스 70/30	복용 금지
인슐린을 제외한 주사용 약: 바이두레온Bydureon (exenatide), 탄지움Tanzeum (albiglutide), 트룰리티티Trulicity (dulaglutide)	일주일에 한번씩 맞는 스케줄이 이 날짜안에 들었을때만 사용하십시오.