



### MiraLAX-2일 만성 변비 지침

- 내시경을 하기 적어도 일주일전에 이 지시사항을 읽어 주십시오!
- 의사가 당신의 대장이나 결장 안을 볼수 있어야 합니다. 당신이 마셔야 할 약은 배변촉진제로서 배변을 많이 하시게 합니다. 그래야 장이 깨끗하여 좋은 결과를 볼수있고 또는 좋은“준비”라고 할 수 있겠습니다.
- 당신과 당신의 가족 또는 친구가 이 지시사항들을 완전히 이해하는것이 아주 중요합니다. 이 지시들을 따르지 않을경우 준비 과정과 검사를 또다시 해야 할 수도 있습니다.
- 질문사항이 있으시거나 이 지시사항을 이해하기에 도움이 필요하시다면 저희 사무실로 전화를 주십시오. 원하시는 언어의 통역사를 통해 전화통화 하실수 있습니다.

시술시 마취를 하기 때문에 귀가하실 때 운전을 할 사람과 동행하셔야 합니다. 시술한 후 익일 아침까지는 운전하시면 안됩니다.

성인과 동행하지 않으시는 경우에는 택시, 버스, MAX 또는 기타 대중 교통을 이용하시면 안됩니다. 운전자 또는 성인 동반자는 접수시 신원을 확인해야 합니다. 이렇게 하지 않으면 시술 일정을 다시 잡게 될 것입니다. 구체적인 운전자 지침은 사무실에 직접 문의하십시오.

### 필요한 사항:

- 238그램 용기의 MiraLAX 분말(일반 시판용).
- MiraLAX를 혼합할 Gatorade, Propel 또는 Powerade와 같은 스포츠 음료 64온스 병. **빨간색 또는 보라색은 사용하지 마십시오.**
- 녹색 또는 투명 구연산 마그네슘(일반 시판용)의 10온스 병. **빨간색, 체리색 또는 포도색은 사용하지 마십시오.**
- 4 Dulcolax, 5mg 완하제 알약(비사코딜)(일반 시판용).
- 이틀 반동안 드실 무색액체 식단(내시경 검사를 위한 무색액체 식단 전단지를 보시오)
- 제안물품: 스트로우와 뚜껑이 달린 컵, 물 티슈, 피부 발진용 연고. (이 지시서의 맨 마지막에 있는 HELPFUL TIPS FOR PREPARING FOR A COLONOSCOPY 를 보십시오)

### 준비:

- 검사 시간 4시간 전까지, 준비 과정을 수행하는 동안 기존에 복용하던 처방약을 계속해서 드시는것이 매우 중요 합니다. 특히 혈압약이나 심장약, 발작방지약과 진통제는 의사가 따로 지시하지 않는 한 더욱 그렇습니다.
- 만약 기존 처방약을 복용할 시간과 배변 촉진제를 마셔야 할 시간이 겹치거나 검사시간 4시간 이전안에 든다면 예정시간보다 더 일찍 약을 복용하셔야 할수도 있습니다. 더 자세한 지시사항이 필요하시면 약을 처방해준 병원에 문의 하십시오.
- 당뇨병을 가지고 계신 경우, 당뇨병 치료제 복용량 조정과 추가적인 준비 지침에 관한 세부적인 내용이 있는 별도의 지침서를 참조하십시오.

### 시술 7일 전부터 준비할 사항:

1. 모든 허브 약물 및 보조제의 복용을 중단하십시오.
  - a. 여기에는 철분, 비타민 E, 생강, 마늘, 길초근 및 어유 등이 포괄적으로 포함됩니다.
  - b. 복합 비타민제는 계속 복용하셔도 됩니다.
2. 견과류나 씨앗 종류 및 통곡물의 섭취는 중단 하십시오.
  - a. 눈에 보이는 견과류/씨앗/곡물: 빵이나 씨리얼에 들어있는 통곡물, 노아, 오트밀, 양귀비 씨, 참깨, 팝콘, 견과류, 떼어낼수 없는 씨가 있는 모든 과일류 (베리종류 [블루베리는 괜찮습니다] 및 잼 같은). 만약에 씨를 빼낸다면 토마토, 오이, 멜론, 사과, 오렌지등의 음식은 드셔도 됩니다.

### 3. 쿠마딘(와파린), 플라빅스, 또는 기타 혈액 응고 방지제를 복용 중이신 경우

- "혈액 응고 방지제"라는 전단지에서 자세한 지침을 참조하십시오. 귀하께서 혈액 응고 방지제의 복용을 중단하여야 하는지 여부에 대해 이해하십시오. 질문이 있는 경우에는 저희 사무소 또는 약물 처방 의사에게 전화하십시오.

#### 시술 2일 전부터 준비할 사항:

- 맑은 유동식을 시작하십시오 (설명이나 예를 보시려면 내시경 검사를 위한 무색액체 식단 전단지를 보십시오).**
  - 아침에 기상하면 섭취하십시오. 온종일 고형식을 섭취하지 마십시오. 고단백질 옵션을 포함시키시고 음료를 자주 섭취하셔서 지나치게 허기를 느끼지 않도록 하십시오.
  - 충분한 수분섭취가 중요합니다. 그러므로 하루종일 자주 마시고 적어도 8 글라스의 물을 마시십시오.
  - 너무 허기 지는것을 방지하기 위해 고단백질 식품을 포함해서 드시기 바랍니다. 그리고 칼로리가 필요하므로 심지어 당뇨가 있으신 분이라도 당분이 들어있는 음식도 포함시키시는것이 중요합니다.
  - 빨간색 이나 보라색 음료는 절대 피하십시오. (검사할때 “염증”이 있는 것처럼 보이게 합니다.
  - 알코올 음료는 절대 금지됩니다!**
- 오전 10:00**
  - Dulcolax 알약을 1개 복용하십시오.

#### 시술 1일 전부터 준비할 사항:

- 맑은 유동식을 계속 섭취하고 완하제를 준비하십시오.**
  - 온종일 고형식을 섭취하지 마십시오. 상기와 같이 맑은 유동식을 계속 섭취하십시오.
- 오전 10:00:**
  - Dulcolax 알약을 1개 복용하십시오.
- 오후 5:00:**
  - Dulcolax 알약을 1개 복용하십시오.
- 오후 6:00:**
  - 10온스 병의 마그네슘 구 연산 염(magnesium citrate) 을 마시십시오.
  - 구역질을 방지하기 위하여 15분정도의 시간을 두고 천천히 마시십시오.
  - 1-2시간 이내에 배변이 있을수 있습니다.
- 오후 7:00 배변 촉진제를 마시기 시작하십시오.**
  - Gatorade, Propel 또는 Powerade(빨간색, 오렌지색 또는 보라색은 사용하지 마십시오)와 같은 스포츠 드링크 64온스 병에 MiraLAX 한 병을 모두 혼합하십시오. 완전히 녹을 때까지 혼합하십시오.
  - 15-20분에 8온스짜리 한 컵의 속도로 혼합액의 절반(32온스)을 섭취하십시오. 이렇게 하면 1~1.5시간이 걸립니다.
  - 남아 있는 절반의 혼합액을 다음 날 복용할 수 있도록 냉장고에 보관하십시오.
  - 어떤경우는 약을 사용하자마자 바로 효과가 있는경우도 있습니다. 하지만 어떤 사람들은 몇시간이 지나야 첫 배변을 하기도 합니다. 어느 경우라도 화장실에서 많은 시간을 보낼 준비를 하셔야 합니다. 밤새 배변을 하실수도 있습니다.
  - 계속하여 물이나 무색 음료를 저녁내내 마시십시오. 이것은 충분한 수분 섭취와 효과적인 준비를 위하여 필요한 절차입니다.

#### 시술 당일부터:

- 맑은 유동식을 계속 섭취하고 완하제를 준비하십시오.**
  - 온종일 고형식을 섭취하지 마십시오. 상기와 같이 맑은 유동식을 계속 섭취하십시오.
- 시술을 시작하기 7시간 전에는 잔여 완하제를 모두 섭취하십시오.**
  - Dulcolax 알약 잔여분 1개를 복용하십시오.
  - 15-20분에 8온스짜리 한 컵의 속도로 MiraLAX 혼합액의 잔여분을 모두 섭취하십시오.
  - 그 다음부터 투명한 음료를 8온스 잔으로 3컵 더 섭취하십시오.
  - 또 한차례의 배변을 준비하십시오. 집에서 출발할 때까지 계속 될수도 있습니다. 변은 점점 더 맑아지며 소변처럼 보일만큼 되어야 합니다.
  - 예정된 예약 시간이 되기 4시간 전까지 투명한 음료를 계속 섭취하십시오.
  - 다음 4-6시간동안 평소 시간 맞추어 드시던 처방약을 꼭 모두 드시도록 하십시오.

## 3. 시술 4시간 전:

- a. 다음 4 시간 동안은 아무것도 마실수 없습니다. 이것은 씹는 껌이나 민트, 딱딱한 사탕, 씹는 담배등을 포함합니다. 위에 액체가 많이 있으면, 심지어 침이 많이 고인 경우에도 마취중에 구토를 하거나 허파안으로 액체가 들어가도록 할 가능성이 있습니다.
- b. 유일한 예외: 꼭 먹어야만 하는 약을 검사시간 4-6 시간전 안에 먹을수가 없을때에는 검사시간 2 시간 전까지 먹을수도 있습니다. 단지 (2-3 큰 스푼 양 미만의) 적은 양의 물만 드셔야 합니다.
- c. **당신의 건강을 위하여...** 이 절차들을 따르지 않는다면 검사는 취소되고 다시 예약을 하셔야 합니다. 예외는 없습니다.
- d. **기억해 주십시오:** 체크인을 위해 예약된 검사시간보다 더 일찍 도착하셔야 합니다. 도착시간이 확실하지 않다면 병원에 연락하여 여기에 적으십시오: 도착시간 \_\_\_\_\_

## 추가 지침:

- 여성 환자분: 당신이 임신하였거나 임신인지 아닌지 확실하지 않을때는 당신이 병원에 도착했을때 검사가 취소 될수도 있습니다. 확실하지 않을 경우에는임신 여부 테스트를 하시기를 강력히 권합니다. 임신하였거나 임신 되었을 가능성이 있다면 부디 검사날짜 이전에 저희와 상의하시기 바랍니다.
- 천식 또는 COPD를 위한 흡입기를 사용하는 경우에는 시술할 때 지참해 주십시오.
- 수술을 할 때 건강 보험 카드와 사진 신분증을 지참하십시오
- 시술할 때 귀중품을 가져오지 마십시오.
- 친구나 가족은 귀하의 시술을 볼 수 없습니다.
- 환자와 직원의 안전을 위해 모든 무기류는 가정에 두고 오십시오.
- 예정 날짜로부터 3 업무일 전까지 취소 또는 예약 변경을 하지 않으신 상태로 예약을 지키지 않으신 경우에는 \$100가 부과됩니다.

환자의 프라이버시를 위해 검사실 안에서는 휴대폰이나 그외 전자 제품들은 전원을 끄고 따로 보관하여야 합니다. 사진이나 영상 촬영은 허락되지 않습니다.