

乙狀結腸鏡檢查前 飲食及用藥說明

■ 若您正在使用阿斯匹靈、抗凝血劑、抗血小板製劑，請於檢查前先與您的醫師討論是否需暫時停藥或調整藥物劑量。

1. 檢查前一天注意事項：

- (1) 宜進食低渣飲食(如:稀飯、麵條、白吐司...等)，請參閱低渣飲食食物選擇建議表。
- (2) 服用瀉劑之後至檢查前，只可服用無渣流質品(如:濾渣果汁、濾渣菜湯、蜜茶、運動飲料、白開水...等)。
- (3) 勿服用青菜、水果、牛奶及其他乳製品。
- (4) 晚上6點進食晚餐。
- (5) “司樂舒”口服液使用方法：
晚上7點分別將一整瓶(45 cc)的“司樂舒”口服液加入360cc無渣冷飲(如:沙士、可樂、冬瓜茶、蜜茶、運動飲料...)，稀釋後喝下(可依個人口感調整稀釋的冷飲量)，再喝開水500-1000 cc。
- (6) 服用瀉劑後大約30~90分鐘左右開始瀉下，作用時間約4小時。
- (7) 服用瀉劑至檢前一天12點前這段期間，應儘量多補充水份(每次拉完請補充1~2杯水份)。
- (8) 多次排便易造成肛門不適，建議排便後用水沖洗肛門，勿用衛生紙擦拭。

2. 檢查當天注意事項：

甘油浣腸球使用方法，早上起床後將2顆甘油球藥液擠入肛門內，稍憋5~10分鐘即可排便。

3. 其他配合事項：

若有變更或取消請您7日前以電話通知，取消時請將瀉劑回擲健檢中心，謝謝配合。

胃鏡檢查前注意事項

■ 若您正在使用阿斯匹靈、抗凝血劑、抗血小板製劑，請於檢查前先與您的醫師討論是否需暫時停藥或調整藥物劑量。

1. 檢查說明：

它是利用內視鏡，由嘴中伸入受檢者的食道→胃→十二指腸，讓醫師清楚地觀察上消化道內各部位的健康狀況，必要時，可由內視鏡上的小洞伸入夾子做切片檢查。檢查時間約**10分鐘**，若做切片檢查，則需**20至30分鐘**。

2. 檢查前準備：

(1) 檢查前一晚午夜**12點**以後開始禁食，包括水與藥物。

(2) 當日檢查前，請除去您的假牙、眼鏡、手錶、除去緊身衣，著寬鬆衣物並解小便。

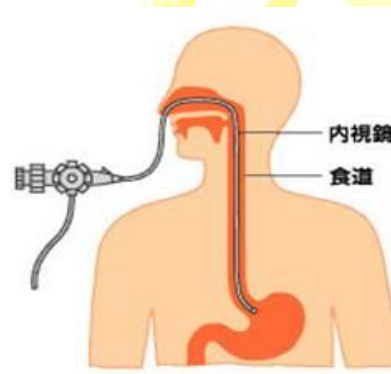
3. 檢查過程：

(1) 檢查前，護理師會在您的口腔深部咽喉處噴上局部麻醉藥，以利胃鏡的管子能順利通過喉嚨，並減輕管子通過時的疼痛或不適。若您對任何藥物有過敏的病史，請先告知醫師。

(2) 然後請您咬住一個咬合器，醫師將胃鏡管放入，請依照醫師指示，自然吞嚥口水，以利胃鏡管置入。

(3) 請配合醫師指示，放輕鬆吞嚥胃鏡管，當它通過咽部以後，請全身放鬆地接受檢查，只要數分鐘，就能檢查完畢。

(4) 檢查中若有噁心、想吐的感覺是正常的，可作深呼吸放鬆自我來減輕不適，以利檢查的進行。



乙狀結腸鏡檢查後 衛教須知

- 1.檢查後無頭暈、嘔吐等不適應症狀的情形，則可以恢復進食。
- 2.檢查後如出現解黑便、出血腹部劇烈疼痛，請立即至急診室就醫。
- 3.檢查後可能會有腹痛或腹脹感，這是因為醫師打空氣至腸道的關係，只要將器排掉即可改善，若持續或加劇疼痛至無法忍受，怕有穿孔危險，請立即至急診室就醫。
- 4.檢查後，如有不舒服，請在候檢區休息三十分鐘，無不適才可離去。
- 5.內視鏡切片後有時會輕度出血，會自行止血。極少部分受檢者會有持續出血，若有解黑便、血便情形請立即回診。
- 6.瘻肉切除術後，於術後的一週內，如有出血或急性腹痛請立即回診。
- 7.檢查結束後，如有切片，將由健檢中心協助預約回診或自行掛號(檢查後七個工作天後，但檢查當日及例假日不算)，自行至門診看切片檢查結果。

胃鏡檢查後 衛教須知

- 一、一般情況下，檢查後一小時內禁止吃東西及喝水，一小時後先行試喝水，若無吞嚥困難即可恢復正常飲食。
- 二、治療後如胸痛、腹痛、吞嚥困難、發燒、嘔吐、解黑便或血便症狀，未離院前請馬上告知健檢中心醫護人員，非健檢中心營業時間，請立刻至急診室就醫。
- 三、檢查後如有喉嚨痛、喉嚨異物感是短暫的，**1~2**天後消失。若有喉嚨痛的情形，不可用力咳嗽，可用清水或漱口水漱口。
- 四、檢查結束後，若有切片，將由健檢中心協助預約回診或自行掛號(檢查七個工作天後，但檢查當日及例假日不算)，自行至門診看切片檢查結果。

低渣飲食食物選擇建議表

食物種類	可食	忌食
奶類及其製品	無。	各式奶類及其製品。
肉、魚類	去皮、筋的嫩肉，如：絞碎、剁碎、煮爛的瘦肉、家禽、魚等。	未去皮、筋之肉、魚類。 油炸、油煎的肉、魚類。 雞胗、鴨胗、牛筋、豬肉、牛肉、羊肉及含血食物。
蛋類	除油炸、煎外其它各種烹調法製作之各種蛋類。如：蒸蛋、水煮蛋、溫泉蛋等	煎蛋、荷包蛋、滷製過久的硬蛋。
豆類及其製品	加工精製的豆製品，如：豆漿、豆腐、豆花、豆干等。	油炸過的豆製品及未加工的豆類，如：豆皮、黃豆、綠豆、紅豆等。
五穀類	精製的穀類及其製品，如：稀飯、麵條、白吐司等。但要煮爛、泡軟。	全穀類及其製品，如：米糠、糙米、麥麩、燕麥、玉米、全麥麵包、黑麵包、麩皮麵包等。 根莖類食品，如：甘薯、芋頭等。
蔬菜類	各種過濾蔬菜汁。	纖維多的蔬菜，如：竹筍、芹菜等。 蔬菜的梗、莖及老葉。 未烹調的蔬菜。
水果類	各種過濾果汁。 纖維含量少且去皮、子的水果，如：木瓜、哈密瓜、釋迦、新世紀梨、蓮霧、西瓜、香瓜、枇杷、荔枝、龍眼、香蕉等。 罐頭水果。	未過濾果汁及含高纖維的水果。棗子、黑棗、蕃石榴。
點心類	清蛋糕、泡軟餅乾。	加水果及堅果類及忌食之食物製成之餅乾及蛋糕；甜膩過甜之點心，如沙琪瑪、綠豆糕、八寶飯等。
油脂類	各種植物油、動物油及其製品	堅果類如腰果、花生、核桃、杏仁、栗子等
其他		刺激性調味品，油膩調味太濃的湯，加果粒之果醬、蜜餞等。

低渣飲食建議

