

大腸鏡檢前 飲食及保可淨服用說明



國語版 台語版
(衛教影音說明)

排檢時間: 日期: ____年____月____日

※低渣飲食控制會影響大腸鏡檢查結果，請務必於檢查前4天：

(1)觀看影音衛教說明 (2)每日補充水份(1500~2000c.c.)

飲食控制	/	低渣飲食	飲食控制 ☐ 自主低渣飲食控制：檢查前3天開始 ☐ 專業低渣代餐控制：檢查前1天取代無渣飲食 ★糖尿病患者請提前詢問醫師並遵循指示用藥
第一劑 (檢查前一天)	傍晚 5:00	服藥 (第一劑) 沖泡藥粉	請勿直接服用粉劑 150c.c. → - 在杯中加入常溫冷水約150c.c. - 倒入一包保可淨散劑 - 攪拌至完全溶解呈半透明狀(約3~5分鐘，溶解過程，水溫會略為上升) - 溶解後，立即喝完所有藥液，並禁止在服用任何食物
	晚上 6:00 ┌ 10:00	補水 1250~2000c.c.	每喝完一杯請打勾✓ - 服藥1小時後，陸續補充1250~2000c.c.水份 (5-8杯) - 約半小時1杯(250c.c.)，3-4小時內完成補水 - 水份補充以白開水為主，可搭配運動飲料及清湯(菜湯、魚湯、肉湯) * 方便計算水量，每喝完一杯請在杯上打V
	晚上 8:00 ┌ 10:00	排便 (約服藥後3小時)	解出鬆軟糞便或成型糞便 持續排便 - 儘量蹲坐馬桶，促進便意產生，蹲坐馬桶姿勢，可用椅凳墊高(如左圖) - 多走動、按摩腹部，以溫水沖肛門刺激排便，請放鬆心情，以利排便 - 期間會有數次排便 - 晚上9點後仍無排便情形，請撥打市話0800-060-689諮詢專業衛教
第二劑 (檢查當天)	上午 ☐ 5:00 ☐ 9:00	服藥 (第二劑) 沖泡藥粉	請勿直接服用粉劑 150c.c. → 泡製方式，同第一劑
	上午 ☐ 5:30 ☐ 9:30	補水 750c.c. 以上	服藥30分鐘後，陸續補充水分，至少750c.c.(3杯)以上
		排便	混濁液體 繼續排便 淡黃清澈液體 理想狀態 - 補充水份後，請記得持續如廁，並觀察糞水狀態 - 報到後，馬桶圖若尚未達到淡黃清澈液體狀，請盡量增加如廁次數 - 理想狀態如左圖，因個人體質有所差異
禁水	檢查前 2小時	禁水	★ 檢查前2小時，禁止再使用任何經由口服水分、藥品

大腸鏡檢前飲食控制說明

※若您為便秘或特殊體質者，鏡檢前的飲食宜更加慎重，可諮詢專業人員，以確保清腸效果。

檢查前三日～前二日，不可以進食的飲食



蔬菜
水果



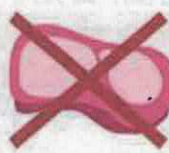
奶類
製品



高纖
豆漿



深色
飲料



肉類

檢查前三日～前二日，只能進食的飲食



白稀飯



白吐司



饅頭



白麵條
白麵線



海綿蛋糕



去皮的
魚肉



蒸蛋



蛋花湯

檢查前一日，僅限無渣流質飲食



運動飲料



粥湯/肉湯
魚湯/菜湯



無渣飲料
無渣果汁

檢查前一日，無渣飲食亦可選擇專業低渣代餐

低渣專用代餐

請洽杏一/維康門市查詢

檢查前一日進食代餐



檢易餐點



刻利淨檢餐食

- 減少準備低渣食材錯誤率及困擾
- 方便、美味、只須於檢查前一日食用、符合低渣飲食黃金標準。

關心與提醒事項

充份保水

- 體內組織細胞水份不足會影響清腸效果
- 大腸鏡檢查前一週，請依國健署建議，每天補足1500~2000c.c.水份

用藥調整

- 緩解便秘藥物，請勿停藥，應繼續服用
- 降血糖藥及抗凝血劑，請依醫師指示停藥
- 其他藥品，應於服用清腸劑前2小時或清腸後6小時服用

即時諮詢

- 若晚上9點尚未排便，或出現嚴重不適，請撥打0800諮詢專線(如電話佔線請耐心等待，護理師會儘快回撥)
- 服用第一劑藥液若未排便，須等排便後才可服用第二劑
- 請於檢查前4天觀看影音衛教說明，掃描QR code，觀看完整的衛教說明動畫

24小時市話諮詢專線：0800-060-689

手機請改撥北區付費電話：0905-217086 / 0910-060376