



患者及照护者教育

# MiraLAX® 肠道准备

本信息介绍了如何在手术或医疗程序前通过服用聚乙二醇 (MiraLAX) 来排空结肠。该过程也被称为肠道准备或备肠。

您的医疗团队会告诉您是否需要在手术或医疗程序前进行 MiraLAX 肠道准备。

## 购买用品

您的护士将核对您需要的用品。您可以在当地的药房买到这些用品，不用开处方。

- 1 瓶 (238 克) 聚乙二醇 (MiraLAX)。
- 1 瓶 (64 盎司) 澄清液体。

您还需要购买以下用品：

- 手术或医疗程序前一天饮用的清流质。
- 用于混合 MiraLAX 的水壶，以及 64 盎司澄清液体。

## 手术或医疗程序前一天

### 遵循清流质饮食

您需要在手术或医疗程序前一天遵循清流质饮食。清流质饮食仅包括您能一眼看清至杯底的液体。相关示例请参考“清流质饮食”表格。

请咨询您的医疗保健提供者，是否应该避免饮用红色、橙色或紫色的液体。这取决于您的手术或医疗程序。

在遵循清流质饮食时：

- 请勿食用固体食物。

- 在您清醒的情况下，每小时至少饮用 1 杯（8 盎司）清澈流质。
- 饮用不同类型的清流质。请勿只喝水、咖啡和茶。
- 请勿摄入无法一眼看清至杯底的任何液体，如牛奶或冰沙。
- 请不要饮用无糖液体，除非您患有糖尿病并且您的医疗团队成员告诉您可以饮用。

## 如果患有糖尿病，应如何遵循清流质饮食

请咨询管理您糖尿病的医疗保健提供者：

- 遵循清流质饮食时应采取什么措施。
- 如已服用治疗药物，是否需要改变胰岛素或其他糖尿病药物的剂量。
- 是否应该饮用无糖清流质。

请在遵循清流质饮食期间经常检查血糖水平。如果您有任何问题，请咨询您的医疗保健提供者。

清流质饮食		
	可以饮用	不可以饮用
汤类	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 清澈的浓汤、肉菜清汤和法式清汤。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 任何含有食物块或调味品的食品。</li> </ul>
甜品	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 果冻，比如 Jell-O®。</li> <li>● 各种口味的冰品。</li> <li>● 硬糖，如 Life Savers®、柠檬糖果和薄荷糖。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 所有其他甜品。</li> </ul>
饮品	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 透明的果汁（如柠檬水、苹果汁、蔓越莓汁和葡萄汁）。</li> <li>● 汽水（如姜汁汽水、七喜®、雪碧®或苏打水）。</li> <li>● 运动饮料，如佳得乐®和 Powerade®。</li> <li>● 黑咖啡或清茶（不含牛奶或奶精）。</li> <li>● 水，包括碳酸（气泡）水和加味水。</li> <li>● 透明营养饮料，如 Boost® Breeze、Ensure Clear™、Pedialyte®和 Diabetishield®。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 含果肉的果汁。</li> <li>● 果肉饮料 (Nectars)。</li> <li>● 冰沙或奶昔。</li> <li>● 牛奶、奶油和其他乳制品。</li> <li>● 坚果奶、植物奶、非乳制品奶油和其他乳制品替代品。</li> <li>● 含酒精的饮料。</li> </ul>

## 为 MiraLAX 肠道准备做准备

在手术或医疗程序前一天早晨，请将全部 238 克 MiraLAX 与 64 盎司澄清液体混合，直至 MiraLAX 粉末溶解。当粉末溶解后，如果您愿意，可将混合物放入冰箱存放。

## 进行 MiraLAX 肠道准备

手术或医疗程序前一天下午 5 点，开始饮用 MiraLAX 混合物。它会导致频繁排便，因此您需要确保能够方便使用卫生间。

- 每 15 分钟饮用 1 杯（8 盎司）混合液，直至饮尽。
- 当您饮尽 MiraLAX 混合物后，请饮用 4 至 6 杯透明液体。
- 每次排便后，将氧化锌软膏或 Desitin® 涂抹在肛门周围皮肤上。这有助于防止皮肤刺激。

## MiraLAX 肠道准备完成后的饮食

### 进食指导说明



医疗程序前的午夜（凌晨 12 点）后请停止进食。包括硬糖和口香糖。

如果医疗保健提供者告知您在午夜之前停止进食，请遵照其指示。有些人需要在医疗程序前禁食（不吃东西）更长时间。

### 液体摄入指导说明

午夜（凌晨 12 点）至抵达时间前 2 小时，只能饮用以下所列的液体。请勿进食或饮用其他任何饮品。抵达时间前 2 小时停止饮用。

- 水。
- 透明的苹果汁、葡萄汁或蔓越莓汁。
- Gatorade 或 Powerade。
- 黑咖啡或清茶。可以添加糖。请勿添加任何其他东西。
  - 请勿添加任何含量任何类型的牛奶或奶精。包括植物奶和奶精。
  - 请勿添加蜂蜜。
  - 请勿添加风味糖浆。

如果您患有糖尿病，请注意这类饮料中的含糖量。如果摄入这类饮料的无糖、低糖或无添加糖版本，会更容易控制血糖水平。

在医疗程序前保持水分会有所帮助，因此如果口渴请饮用液体。请勿摄入超出所需的饮水量。医疗程序期间，您将接受静脉 (IV) 输液。



抵达时间前 2 小时停止饮用。包括水。

## 其他须知

请仅随少量水服用医疗保健提供者告知您应服用的药物。

请遵循医疗保健提供者给予您的有关手术或医疗程序的任何其他指示。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

MiraLAX® Bowel Prep - Last updated on June 3, 2024

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利