

미라렉스 및 돌코락스 장 준비

Miralax and Dulcolax Bowel Prep

A bowel prep is done to clear the bowel or large intestines and rectum, of all solid matter before certain tests or procedures. Please review these instructions as soon as you get them and then follow the instructions to prepare.

Begin the bowel prep 1 day before your scheduled procedure.

To Prepare

- Tell your doctor if you have diabetes or take blood thinners. You may need to stop some of your medicine a few days before your test.
- Ask your doctor if you should take any of your medicines the morning of your test. If so, take with sips of water only.
- You will need to buy 2 laxative medicines from a pharmacy:
 - Miralax (Polyethylene Glycol 3350) in large bottle (8.3 ounces or 238 grams)
 - 4 Dulcolax (bisacodyl) laxative tablets (5 milligram tablets) – Often sold in boxes of 10 or more tablets

There may be store brands of these products that cost less. Ask the pharmacist to help you find what you need.

- Buy a large 64-ounce bottle of sports drink such as Gatorade, Powerade or other sports drinks that are not red in color. If you have diabetes, buy a no or low calorie drink such as Crystal Light instead. This will be used to mix your Miralax the day before your test. Do not use carbonated beverages.

장 준비는 특정 검사 또는 시술 전에 장 또는 대장 및 직장에서 모든 고형 물질을 제거하기 위해 수행됩니다. 이 지침을 받는 즉시 검토한 다음 해당 지침을 준수하여 준비하십시오.

예정된 시술 1일 전에 장 준비를 시작하십시오.

검사전 준비

- 당뇨가 있거나 혈액 희석제를 복용하고 있으면 담당의에게 미리 말하십시오. 검사 며칠 전에 약의 일부를 중단할 필요도 있을 수 있습니다.
- 검사 받는 날 아침에 평소 복용하는 약을 먹어야 하는지 담당의에게 물어보십시오. 괜찮다고 하면 약간의 물로 드십시오.
- 약국에서 다음 2 가지 완하제를 구입해야 합니다:
 - 미라렉스(폴리에틸렌 글리콜 3350) 큰 병 (8.3 온스 또는 238 g)
 - 돌코락스(비사코딜) 완하제 4 정 (5 밀리그램 정제) – 10 개 이상의 정제 상자로 자주 판매됩니다.

이와 유사한 가격이 조금 싼 상점 자체 브랜드도 있습니다. 필요한 것을 찾는 데 약사에게 도움을 요청하십시오.

- 게토레이, 파워 에이드 또는 빨간색이 아닌 다른 스포츠 음료와 같은 64 온스 큰 병의 스포츠 음료를 구입하십시오. 당뇨병이 있는 경우, 대신 크리스탈 라이트와 같은 칼로리가 없거나 칼로리가 낮은 음료를 구입하십시오. 이것은 검사 전날 미라렉스를 혼합하는 데 사용됩니다. 탄산 음료를 사용하지 마십시오.

- You may also want to buy some other clear liquids from the list below to drink the day before your test.
- Arrange to have an adult bring you to your appointment and take you home after your test.

5 Days before your test and until your test is done:

- Do not take iron tablets or vitamins with iron.
- Do not take fiber supplements like Metamucil, Citrucel or Fiberall.
- Do not eat popcorn, corn, nuts, seeds or green leafy vegetables such as kale or spinach.

On the day before your test

- **Starting in the morning, drink only clear liquids** on this list and **avoid all red colored liquids**. Clear liquids for your prep include:
 - Water
 - Fruit juices you can see through and have no pulp such as apple, white cranberry or white grape
 - Popsicles
 - Ice
 - Soft drinks such as ginger ale or lemon lime soda
 - Gatorade, Powerade or other sports drinks
 - Clear broth or bouillon
 - Jello
 - Kool Aid or other drink mixes
 - Coffee or tea with no milk or cream added

- 원하시면 아래 목록에서 다른 투명한 액체를 구입하여 검사 전날 마실 수도 있습니다.
- 성인이 여러분을 검사장에 데려다 주고 검사 후 집에 데려 올 수 있도록 계획하십시오.

검사 5 일 전 및 검사가 끝날 때까지:

- 철분 정제 또는 철분과 함께 비타민을 복용하지 마십시오.
- 메타뮤실, 시트루셀 또는 화이버올과 같은 섬유 보충제를 복용하지 마십시오.
- 팝콘, 옥수수, 견과류, 씨앗 또는 케일이나 시금치와 같은 녹색 잎 채소를 먹지 마십시오.

검사 받기 전날

- 아침부터, 이 목록에 있는 맑은 액체만 마시고 모든 붉은색 액체는 피하십시오. 준비를 위한 맑은 액체는 다음과 같습니다:
 - 물
 - 투명한 과일 주스 및 사과, 화이트 크랜베리 또는 백포도와 같이 과육이 없는 과일 주스
 - 아이스 캔디
 - 얼음
 - 진저 에일 또는 레몬 라임 소다와 같은 청량 음료
 - 게토레이, 파워 에이드 또는 기타 스포츠 음료
 - 맑은 국물이나 부용
 - 젤로
 - 쿨 에이드 또는 기타 혼합 음료
 - 우유 또는 크림이 첨가되지 않은 커피 또는 차

- Do not eat any solid food or milk products until your test is done.
- Drink at least 4 (8-ounce) glasses of water through the day as well as other clear liquids.

Taking Your Prep Medicines

You will take some pills and drink a medicine mixture that will clear your bowels of all solid matter. You will need to go to the bathroom often and your bowel movements will become very watery. The medicines may cause you to have cramps or feel bloated.

Be sure you take all of the prep medicines as directed, so your bowels are clear for your test. If your bowels are not cleared, you may have to have the test rescheduled and do another prep.

The bowels are clear or clean when there is only pale yellow fluid without flecks of stool.

Many people start the medicines early in the afternoon at about 3:00 PM. If you are working the day before your test, you may want to wait until you are home in the early evening, about 6:00 PM.

At 3:00 PM or when you are home from work:

- Take 4 Dulcolax tablets with a drink of clear liquids.
- Mix the Miralax in a 64-ounce bottle of Gatorade or other clear liquid of choice.
 - To make room for the Miralax in the sports drink bottle, pour out a cup of the sports drink and drink it.
 - Pour the Miralax powder into the sports drink bottle. Cap the bottle and shake the bottle to dissolve the powder.
 - Most people prefer to drink the liquid chilled, so you may want to place it in the refrigerator.

- 검사가 끝날 때까지 고형식이나 유제품을 먹지 마십시오.
- 하루 종일 적어도 4 잔 (8 온스)의 물과 기타 투명한 액체를 마시십시오.

준비약 복용

약을 복용하고 장에서 모든 고형 물질을 제거하는 약 혼합물을 마실 것입니다. 화장실에 자주 가야 하며 배변이 매우 묽어질 것입니다. 해당 약으로 인해 경련이 생기거나 배가 부풀어 오르는 느낌이 들 수도 있습니다.

지시에 따라 모든 준비약을 복용하여, 검사를 위해 반드시 장이 깨끗해지도록 하십시오. 장이 깨끗해지지 않는 경우, 검사 일정을 재조정하고 다시 준비를 할 수도 있습니다.

변이 안나오고 옅은 누런색 물만 나올 때 비로서 장이 비고 세척이 된 것입니다.

많은 사람들이 오후 약 3시에 약을 일찍 시작합니다. 검사 전날 일하시는 경우, 이른 저녁 약 오후 6 시경에 귀가할 때까지 기다리기를 원할 수도 있습니다.

오후 3시 또는 직장에서 귀가 했을 때:

- 투명한 액체 음료와 함께 돌코락스 4 정을 섭취하십시오.
- 미라렉스를 64 온스의 게토레이 병이나 다른 투명한 선택 액체에 섞으십시오.
 - 스포츠 음료병에 미라렉스를 위한 공간을 만들기 위해, 스포츠 음료 한 컵을 부어 마시십시오.
 - 미라렉스 분말을 스포츠 음료병에 부으십시오. 병 뚜껑을 닫고 병을 흔들어 분말을 녹이십시오.
 - 대부분의 사람들은 차가운 음료를 마시는 것을 선호하므로, 냉장고에 넣어 두는 것을 원할 수도 있습니다.

3 hours after taking the Dulcolax tablets

- Start to drink the Miralax mixture. Drink one glass every 10 to 15 minutes. Drink it quickly rather than sipping small amounts because it does not taste that good. Finish drinking half of the mixture.
- Place the other half of the mixture into the refrigerator. You will need to drink the rest of the mixture in the morning, 6 hours before your test.
- Continue to drink other clear liquids through the evening.
- Set an alarm for the morning to get you up 6 hours before your test time.

The Morning of Your Test or Procedure

6 hours before your test:

- Drink the rest of your Miralax mixture as before.
- Drink 2 (8-ounce) cups of clear liquids after you finish the Miralax mixture.
- You can drink clear liquids up to 4 hours before your test.
- If you are to take morning medicines before your test, take with a small sip of water within 2 hours of your test time. Your test will be delayed or canceled if you drink anything other than a sip of water with your medicines.

둘코락스 정 복용 후 3 시간

- 미라랙스 혼합물을 마시기 시작하십시오. 매 10 ~ 15 분마다 한 잔씩 마시십시오. 맛이 그다지 좋지 않기 때문에 소량을 조금씩 마시는 것보다 빨리 마시십시오. 혼합물의 절반을 마셔 마무리하십시오.
- 혼합물의 나머지 절반은 냉장고에 넣으십시오. 검사 6 시간 전 아침에 나머지 혼합물을 마셔야 합니다.
- 저녁 내내 다른 투명한 액체를 계속 마시십시오.
- 귀하의 검사 시간 6 시간 전 아침을 위해 알람을 설정하십시오.

검사 또는 시술 당일 아침

검사 6 시간 전:

- 나머지 미라랙스 혼합물을 전과 같이 마시십시오.
- 미라랙스 혼합물을 다 마친 후 2 컵 (8 온스)의 투명한 액체를 마시십시오.
- 검사 전 4 시간까지 투명한 액체를 마실 수 있습니다.
- 검사 전에 아침 약을 복용하는 경우, 검사 시간 2 시간 이내에 소량의 물과 함께 복용하십시오. 약과 함께 소량의 물 이외의 음료를 마시면 검사가 지연되거나 취소됩니다.

- Bring all medicines you usually take (in their original containers) to the hospital with you.
- You will need to have an adult with you to take you home after your test. You will not be able to leave by yourself and it will not be safe for you to drive because of the medicine you are given at the start of the test.
- You may be told to arrive up to 1 hour before your test is scheduled so that staff can get you ready.

Expect to be here for 2 to 4 hours for your test and recovery time.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

- 일반적으로 복용하는 모든 약 (원래 용기에 담아서)을 병원에 가져 가십시오.
- 검사 후 귀하를 집에 데려다 줄 성인이 필요합니다. 혼자 떠날 수 없으며 검사 시작시 제공되는 약 때문에 운전하는 것이 안전하지 않습니다.
- 직원이 준비할 수 있도록 계획된 검사 1 시간 전까지 도착하라는 안내를 받을 수 있습니다.

검사 및 회복 시간을 위해 2 ~ 4 시간 동안 여기에 머무를 것으로 예상됩니다.

질문 또는 우려사항이 있을 경우 담당의나 간호사와 상의하십시오.