

## 大腸鏡檢查前之腸道準備

壽豐分院疾管中心黃玫琪

### 哪些人需要做大腸鏡檢查？

下消化道出血、家族史、貧血、糞便潛血陽性、體重減輕、大便習慣改變、慢性腹瀉、便秘、排便異常、腹痛、便血、緊急腹痛、大量出血者，通常需做一次徹底的大腸鏡檢查，除了觀察病變外，尚可切片確定診斷，或止血治療。高危險群病人如：中老年人、家族中有罹患大腸直腸癌、或本身曾切除過大腸息肉或接受過大腸癌手術、潰瘍性結腸炎患者，建議定期接受大腸鏡檢查。

### 檢查前需如何準備？

在內視鏡檢查中很少有病人連糞水都不需要清理，而細小的種子混在糞水中，就會阻塞內視鏡的管道、造成儀器的故障或失效。因為需要腸道清潔無糞便，才能檢查完全，因此需要受檢者於兩天前就開始準備。檢查前兩天全天進用低纖維飲食，因為低渣飲食不易產生糞便，建議三餐流質飲食，如水果汁、精緻五穀類及其製品、無油的湯類、咖啡、茶、果膠凍、黃油、人造黃油及植物油如黃豆油、花生油、麻油。不宜進食：牛奶、乳酪、沙拉醬、蔬菜、水果、粗糙的五穀、玉米、黑麵包、油煎油炸之食物、油膩糕點、過量甜食等。建議一天之內喝水 2000ml 以上。

### 檢查前一天

清腸瀉劑亦於檢查前一天飲用，期間需多補充水分，促進排便次數增加，提升腸道清潔品質。全天食用清淡、流質飲食：清湯、清水果汁、糖果、咖啡、茶、汽水。每餐一晚稀飯或麵食，每餐飯後喝約 300-500ml 開水。下午四點及睡前也各飲用 500ml 水分。也請檢查者依照指示服用清腸藥劑。

### 檢查當天

腸道清潔品質對於大腸鏡檢查中準確診斷尤其重要，若腸道準備不足會造成醫師診斷困難、易導致病變被遺漏、延長檢查時間、併發症風險增加等，所以檢查前的腸道準備完整性是很重要的。可以進食清淡流質食物如：清湯、清水、果汁、咖啡及茶等，可加糖。

### 大腸鏡退檢原因分析

飲食準備錯誤 (33.3%) 清腸瀉劑未正確飲用 (28.9%) 麻醉高危險群，無法上麻醉 (14.8%) 抗凝血劑藥物未停 (10.4%)

## 檢查後

接受瘻肉切除者三天內應採軟質飲食(如稀飯、麵條、白吐司、蒸蛋、魚肉等)，避免高纖食物(如蔬菜水果等)、刺激性食物，及避免補品、酒、海鮮食物，勿暴飲暴食，且一週內勿做劇烈運動及搬重物，返家後若有急性持續性腹痛或解大量血便，應儘速回診就醫。

## 結論

在適當的給藥時機服藥，並且適當補充水分及搭配低渣、流質飲食，才能達到最高品質的清腸效果。

## 參考文獻：

1. 臨床醫學：第 89 卷第 3 期 111 年 3 月大腸鏡檢查前之腸道準備
2. 人醫心傳—慈濟醫療人文月刊，(52)，2008 大腸鏡檢查 Q&A
3. 榮總護理 38 卷 4 期·中華民國 110 年 12 月降低自費無痛大腸鏡檢查之退檢率
4. 好心肝. 第 99 期. 2022 年 7 月 15 日大腸鏡前的清腸準備
5. 好心肝. 第 95 期. 2021 年 7 月 15 日大腸癌早期無症狀接受篩檢進入「人生勝利組」！

