

대장내시경 검사 준비

4리터 글리코프렙-오(GLYCOPREP-O) 대장 준비 키트를 사용하여 대장내시경 검사 준비

대장내시경 검사란 무엇인가요?

대장 내시경(내시경) 검사는 문제를 진단하고 경우에 따라 치료도 실시하기 위해 하부 위장관을 검사하는 절차입니다. 대장내시경 검사는 끝에 작은 카메라가 달린, 길고 가늘고 유연한 관인 대장 내시경을 직장을 통해 결장(대장)으로 통과시키는 검사로, 이를 통해 의사는 결장 검사, 조직검사 및 용종(때때로 암으로 발전하는 비정상적 성장) 제거와 같은 특수 절차를 시행할 수 있습니다.

대장내시경 검사는 일반적으로 진정제를 사용하여 시행됩니다. 이는 편안하고 졸린 느낌을 주지만 시술 중 의식을 잃지는 않습니다.

왜 대장 준비가 중요한가요?

- 성공적인 대장내시경 검사를 위해서는 장을 잘 세척하는 것이 매우 중요합니다. 장이 깨끗해야 의사가 장의 내벽을 명확하게 볼 수 있습니다.
- 장 준비가 불량하면 시술을 중단하고 다른 날 시술을 반복해야 할 수도 있습니다.

조언이나 도움이 필요하면 어디에 연락할 수 있나요?

이 정보에 대해 궁금한 점이 있거나 장 준비가 끝나는 시점에 대변이 맑지 않다고 생각하시면, 아래 연락처로 문의하세요.

- 내시경 검사 예약 (07) 3883 7800 - 영업시간 내: 월-금, 오전 8시부터 오후 4시까지
- 레드클리프 병원 (07) 3883 7777 - 근무 시간 외

언제 의사 진료를 받아야 하나요?

몸이 안 좋으시거나 심한 통증이 있는 경우 아래 기관에서 진료를 받으세요.

- 일반의(GP)
- 근무 시간 외 홈 닥터 서비스
- 가장 가까운 응급의료센터

자주 묻는 질문(FAQ)/더 알아야 하는 사항

글리코프렙 오렌지 대장 준비 키트에는 무엇이 들어있나요?

- 4 x 글리코프렙 오렌지 포 70g
- 1 x 마그네슘 구연산 포
- 3 x 5mg 비사코딜 정제
- 12 x Macrogol(예: Movicol®, ClearLax®) 포 - 임상적으로 필요한 경우

여러분의 대장내시경 검사 준비를 돕기 위해 저희 의료팀과 환자들은 대장내시경 검사에 관한 동영상들을 만들었습니다. 동영상에 있는 정보를 통해 여러분이 대장내시경 검사에 대해 더 잘 이해하고 준비하실 수 있도록 모든 영상을 임상 의사와 환자 모두가 검토했습니다.

동영상을 보시려면 스마트 기기로 아래 QR 코드를 스캔하거나 컴퓨터나 스마트 기기의 인터넷 브라우저에 <https://bit.ly/rh-ge>를 입력하시면 됩니다.



여러분의 상황은 동영상에 있는 일반 적 정보와 다를 수 있으므로 레드클리프 병원 내시경 병동에서 제공하는 지침을 따르는 것이 중요합니다.

맑은 음료 목록에는 무엇이 포함되어있나요?

- 맑거나 걸쭉한 수프
- 물, 맑은 주스(**오렌지 주스는 안 됨**)
- 홍차 또는 커피(**우유는 안 됨**) 허브차 또는 아이스티
- 레모네이드, 진저에일
- 노란색 또는 주황색 스포츠 음료 또는 코디얼
- 노란색 또는 주황색 젤리

단식시 마실수 있는 음료에는 무엇이 있나요?

- 물, 맑은 주스(**오렌지 주스는 안 됨**)
- 홍차 또는 커피(**우유는 안 됨**) 허브차 또는 아이스티
- 노란색 또는 주황색 스포츠 음료 또는 코디얼

어떤 음식을 먹을 수 있나요?

시술 4일 전까지는 정상적으로 식사하실 수 있습니다. 시술 4일 전부터 **저섬유질** 식단을 시작하게 됩니다. 저섬유질 식단에 대한 정보는 이 정보지 마지막 부분에서 확인하실 수 있습니다.

준비 일지

날짜	일정	지침
___ / ___ / ___	시술 10일 전	• 철분제/종합비타민, 생선/크릴 오일 보충제 복용을 7~10일 전에 중단하거나 의사의 지시에 따라 복용을 중단하세요.
___ / ___ / ___	시술 7일 전	• Macrogol 시작(예: Movicol®, ClearLax®) 2포, 매일 오전에 1포, 오후에 1포. 이는 글리코프렙 오렌지 복용을 시작한 날부터 중단할 수 있습니다.
___ / ___ / ___	시술 4일 전	• 저섬유질 다이어트를 시작하세요. • 물이나 맑은 음료를 많이 섭취하여 수분 섭취량을 늘리세요.
___ / ___ / ___	시술 1일 전	• 식사로 맑은 음료만 섭취하세요(고형 음식은 엄격히 금지). FAQ의 맑은 음료 목록을 참조하세요.
	오전 8시	• 글리코프렙 오렌지 3포를 준비하세요: 1리터의 수돗물에 1봉지를 녹입니다. 3포(각 포당 물 1리터)를 녹이면 3리터의 글리코프렙 오렌지 용액이 됩니다. 이 용액을 최대 24시간 동안 냉장 보관하거나 서늘한 곳에 보관할 수 있습니다. • 구연산마그네슘 1포를 준비합니다. 따뜻한 물(끓지 않는 온도) 1컵(250ml)에 1포를 녹입니다. 용액이 흐려질 것입니다. 이제 이 용액을 식히세요. 냉장 보관도 가능합니다.
	오후 2시	• 구연산마그네슘을 마시세요. • 구연산마그네슘을 마신 후 노란색 비사코딜 정제 3개를 물 1컵과 함께 드세요. 계속해서 맑은 음료를 마시세요.
	오후 4시	• 글리코프렙 오렌지 3리터를 마시세요. • 용액을 3시간에 걸쳐 천천히 마시세요(오후 7시까지 2리터를 마십니다). 15분마다 한 잔 정도 마시면 됩니다. 마지막 잔을 비운 후 물같은 설사가 몇 시간 동안 계속될 수 있습니다. 두통과 탈수를 예방하려면 계속해서 맑은 음료를 많이 마시세요.
	자기 전	• 글리코프렙 오렌지 1포 준비: 1포를 물 1리터에 녹입니다. 1리터의 글리코프렙 오렌지 용액이 만들어집니다. 이 용액은 최대 24시간 동안 냉장 보관하거나 서늘한 곳에 보관할 수 있습니다.
___ / ___ / ___	시술 당일	• 단식시 마실 수 있는 음료만 + 글리코프렙 오렌지 1리터. FAQ 섹션에 기재된 단식시 마실 수 있는 음료 목록을 참조하세요.
	오전 _	• 글리코프렙 오렌지 1리터를 마십니다.
	오전 _	• 장 준비가 완료되어야 합니다. • 단식시 마실 수 있는 음료는 계속 섭취할 수 있지만, 장 준비가 끝난 후에는 30분당 100ml로 제한해야 합니다.
	오전 _	• 어떤 음식/음료도 구강 섭취 불가

준비할 때 기억해야 할 사항:

따라야 할 것:	하지 말아야 할 것:
• 준비 일지의 지침을 따르세요.	• 준비 일지의 어떤 단계도 놓치거나 건너뛰지 마세요.
• 저섬유질 식단에서 선택 목록에 있는 음식을 섭취하세요.	• 피해야 할 음식 목록에 있는 음식을 먹지 마세요
• 빨대를 통해 용액을 마시는 게 더 쉽다면 빨대를 사용하세요.	• 탈수 상태가 되지 않도록 하세요
• 글리코프렙 용액은 마시기 전에 차갑게 보관하면 더 쉽게 마실 수 있으므로 냉장보관하세요.	
• 장을 비우는 과정에서 손실되는 수분을 보충하기 위해 권장량의 음료를 마십니다.	
• 장 준비를 하는 동안 화장실 가까이에 있으세요.	
• 피부 손상을 줄이기 위해 항문 주위에 라놀린이나 바셀린과 같은 보호 크림을 바르세요.	
• 치질(치핵)이 있는 경우 치질 크림을 사용하여 불편함을 줄이세요.	
• 몸을 따뜻하게 유지하세요.	
• 복용 중 메스꺼움을 느끼면 반 시간 동안 잠시 중단하세요. 따뜻한 음료를 마시거나 산책을 하시고, 속이 더부룩하다면 페퍼민트차를 마셔보세요. 그 후 음료를 드시면서 이전과 같이 계속하세요.	

준비가 잘 되었는지 어떻게 알 수 있나요?

- 장 준비가 완료되면 배변이 깨끗하고 입자가 없어 소변처럼 보입니다.
- 이 약을 모두 마셔야만 아주 깨끗한 장을 얻을 수 있다는 점을 알아두세요. 배변이 깨끗하지 않다고 생각하시면 저희에게 연락하세요:
 - 내시경 검사 예약 (07) 3883 7800 - 영업시간 내: 월 -금, 오전 8시부터 오후 4시까지
 - 레드클리프 병원 (07) 3883 7777 - 근무 시간 외

궁금한 사항

이 정보지 내용 중 궁금하신 사항이 있다면 담당 의료팀과 상의할 수 있도록 여기 적어두세요:

저섬유질 식단

대장내시경 4일 전부터 식단을 시작하세요.

시술 4일 전부터 시작되는 **저섬유질 식단**에 도움이 될 수 있도록 음식 목록을 여기 제공해드립니다.

선택 상자에 있는 음식을 드세요.

빵과 시리얼

선택

- | | |
|---|-----------|
| ✓ 플레인 흰빵/토스트 | ✓ 플레인 머핀 |
| ✓ 플레인 케이크 및 비스킷 | ✓ 흰 쌀 |
| ✓ 플레인 팬케이크/미니 팬케이크 | ✓ 화이트 파스타 |
| ✓ 일반 빵 롤 | ✓ 쿠스쿠스 |
| ✓ 일반 크로와상 | ✓ 크림펫 |
| ✓ 피타 빵 | ✓ 폴렌타 죽 |
| ✓ 플레인 베이글 | |
| ✓ 정제된 아침용 시리얼: 세몰리나, 콘플레이크, 라이스 버블 등... | |

금지

- ☹️ 통밀빵, 갈색빵, 호밀빵(참깨)
- ☹️ 통밀가루 & 오트밀
- ☹️ 잡곡빵과 머핀
- ☹️ 브라운 크림펫, 과일 머핀
- ☹️ 브라운 파스타
- ☹️ 현미
- ☹️ 가공되지 않은 밀기울, 으갠 귀리, 뮤즐리, 죽
- ☹️ 통곡물 시리얼(예: 밀기울 시리얼, 위트빅스, 비타브리츠)
- ☹️ 건과류, 말린 과일, 코코넛이 포함된 케이크 및 비스킷

과일 및 야채

과일과 채소에서는 껍질과 씨앗을 제거해야 합니다. 채소는 잘 익혀야 합니다.

선택

- | | |
|---------------|---------|
| ✓ 복숭아, 배, 사과 | ✓ 감자 |
| ✓ 라멜론, 수박 | ✓ 호박 |
| ✓ 파파야 | ✓ 스쿼시 |
| ✓ 잘 익은 바나나 | ✓ 아보카도 |
| ✓ 통조림 복숭아, 사과 | ✓ 폴리플라워 |
| 살구 & 배 | ✓ 초코 |
| ✓ 양송이버섯 | ✓ 애호박 |

금지

- ☹️ 샐러드 야채를 포함한 기타 모든 과일 및 야채
- ☹️ 모든 생야채
- ☹️ 말린 과일

고기 및 기타 단백질 식품

선택

- | | |
|----------|--------------|
| ✓ 소고기 | ✓ 돼지고기 |
| ✓ 송아지 고기 | ✓ 가금류(껍질 제거) |
| ✓ 양고기 | ✓ 어패류 |
| ✓ 달걀 | ✓ 두부 |

금지

- | | |
|------------|-------------|
| ☹️ 베이컨드 민스 | ☹️ 리술 |
| ☹️ 캐서롤 | ☹️ 볶음요리 |
| ☹️ 렌즈콩 | ☹️ 건과류 및 씨앗 |
| ☹️ 콩류 | ☹️ 피자 |

유제품

선택

- | | |
|--------------------|---------|
| ✓ 우유 | ✓ 커스터드 |
| ✓ 크림 또는 사워 크림 | ✓ 아이스크림 |
| ✓ 플레인 요거트나 바닐라 요거트 | ✓ 쌀 푸딩 |
| ✓ 가공 치즈 & 플레인 치즈 | ✓ 연유 |
| ✓ 코티지 치즈 | ✓ 무당연유 |
| ✓ 버터/마가린 | ✓ 분유 |

금지

- ☹️ 과일, 씨앗, 코코넛이 함유된 유제품

음료수

선택

- | | |
|-----------|--------------|
| ✓ 물 | ✓ 코디얼 |
| ✓ 차 | ✓ 걸러낸 과일 주스 |
| ✓ 커피 | ✓ 맑은 수프 |
| ✓ 청량 음료 | ✓ 마일로 또는 오발틴 |
| ✓ 흰 우유 음료 | ✓ 화이트 와인 |

금지

- ☹️ 걸러지지 않은 과일 주스
- ☹️ 빨간색과 녹색 음료 (장이 착색되어 잘 안보일 수 있음)

기타 식품

선택

- | | |
|------------------------|--------------|
| ✓ 시럽 & 아이스크림 토핑 | ✓ 일반 사탕 |
| ✓ 딱딱한 사탕 | ✓ 꿀 |
| ✓ 투명한 젤리(빨간색이나 녹색은 안됨) | ✓ 건더기를 걸러낸 잼 |
| ✓ 설탕 | ✓ 베지마이트 |
| ✓ 그레이비 | ✓ 마요네즈 |
| ✓ 소금, 후추 | ✓ 맑은 국물 |
| ✓ 말린 허브 및 향신료 | |
| ✓ 초콜릿(과일/건과류/코코넛 무함유) | |

금지

- ☹️ 껍질과 씨앗이 들어간 잼
- ☹️ 마멀레이드
- ☹️ 처트니 & 피클(피클에 들어있는 씨앗)
- ☹️ 땅콩 버터/땅콩 페이스트