



MICHIGAN MEDICINE
UNIVERSITY OF MICHIGAN

大腸内視鏡検査の前処置の手順
ミララックス、ゲータ
レード

Colonoscopy Bowel Prep Instructions
Miralax®/Gatorade™(Japanese)

大腸内視鏡検査までの1週間の間、常にこの準備資料を参考にしてください。
Refer to this instruction sheet for the entire week before your colonoscopy.

前処置は大腸内視鏡検査を滞りなく行うために非常に大切です。仮に正確に指示に従わなかった場合は腸が検査を受けるのに好ましい状態にならないことがあります。そうなるともう一度検査を受け直す必要が出てきます。

Colonoscopy prep instructions are extremely important for a successful colonoscopy. If you do not follow the instructions precisely, your bowels may not be ready for the procedure and you will need to repeat the procedure.

大腸内視鏡検査の準備をしましょう。 **Planning for Your Colonoscopy**

もらったらすぐにこの書類に目を通してください。そして理解した事柄にはチェックマークを付けていってください。 Please read as soon as you receive this information and check off each box to indicate that you understand each item.

- 前処置を行わなければいけません。前処置を受け取っていない場合は(734)936-9250の内視鏡のコールセンターに連絡するか、またはフリーダイヤルの(877)758-2626までご連絡ください。 **You must do a bowel prep.** If you have not received a bowel prep, call the Endoscopy Call Center at (734) 936 - 9250 or toll-free at (877) 758 - 2626.

- 前処置の名前はなんですか? _____
What is the name of your prep?

- 検査の最低 1週間前には処方箋で薬を購入することをお勧めします。

We recommend that you fill your prescription at least a week before your procedure.

検査の時は必ず運転手が必要です。 **You must have a driver with you at the procedure.**

- 受付時と退院時には**18歳以上**の運転手を同伴していなければいけません。受付時に運転手を同伴していない場合は検査の予約を変更します。 **You must have a driver who is 18 years or older present at check in and discharge.** If you do not have a driver with you at check

Medical Procedures Unit

in, we will reschedule your appointment.

- 検査が終了するまで 3 時間から 4 時間かかります。検査の間中ずっと待機していなければならないことを運転手さんにお伝えください。Your entire procedure may take 3 to 4 hours to complete. Please tell your driver that they must remain at the colonoscopy appointment during your entire visit.
- 宝石類や私物は家において来てください。宝石類を身に付けてこられた場合ははずしていただくようお願いすることがあります。Please leave all jewelry and personal items at home. If you bring jewelry to your appointment, we may have to ask you to remove it.
- コンタクトレンズはつけてこないで下さい。 Please do not wear contact lenses.

糖尿病の方は担当医にご連絡ください。 If you have diabetes you must call your doctor

- 糖尿病の方には特別な食事とお薬の指示が出ます。大腸内視鏡検査を指示した医師に連絡し、特別な食事とお薬の指示を受けてください。People with diabetes have special diet and medicine instructions. Call the doctor who ordered your colonoscopy for your special diet and medicine instructions.

大腸内視鏡検査の利点とリスクについてのビデオを観てください。（これは英語のビデオです） View the video describing risks and benefits of colonoscopy

- ビデオのサイトは Visit: <http://michmed.org/EXL6d>

予約変更が必要な時は If you need to reschedule

- (734) 936-9250 またはフリーダイヤル (877) 758-2626 にご連絡ください。
Call (734) 936 - 9250 or toll-free (877) 758 - 2626.

事前に準備をするにあたって何が必要でしょうか？

What supplies do I need to prepare in advance?

お近くの薬局で次のものを準備してください。 Obtain the following supplies at your local pharmacy:

- ドルコラックス（ビサコジル）2錠（下剤の錠剤で 1 錠につきビサコジルが 5mg 含まれています（ドルコラックスの便を柔らかくする薬（スツール・ソフトナー）ではありません）。Two Dulcolax® (bisacodyl) (laxative tablets -each tablet contains 5 mg of bisacodyl (do not get Dulcolax stool softener).
- ミララックス 1 本（8.3 オンスか 238 グラムのボトルです）
One bottle of Miralax® (8.3 ounces or 238 grams each)

Medical Procedures Unit

Colonoscopy Bowel Prep Instructions – Miralax®/Gatorade™(Japanese)

- 清澄液（せいちょうえき）を2本（1本につき 32オンス）（赤ではないもの）ゲータレード、ゲータレード2、ゲータレードアイス、パワーエイド、またはパワーエイドゼロ。Two bottles of clear liquid (32 ounces each) (not red): Gatorade®, G2®, Gatorade Ice®, Powerade®, or Powerade Zero®.

大腸内視鏡検査の前処置の日程

Timeline of the Colonoscopy Preparation

前処置のスケジュールはどのようにして決めれば良いですか？

How will I determine my colonoscopy prep schedule?

下の日程表を参考に何曜日から準備を始めるか決めてください。所定の欄に蛍光ペンで色を塗ったり丸をつけて、どの日から準備を始めるか決めてください。準備は初日の朝から始まります。The timeline table below will help you determine which day of the

week to start your preparation. Use a highlighter or circle the correct row to determine which day you will start the prep. **The prep process will begin at the start of the day.**

もし内視鏡検査の予約を変更した場合は、新しい日付に合うように日程表を直さなくてはなりません。If you reschedule your appointment, you **must** redo the timeline table to match your new date.

私の予約日は My
Appointment Is :

(日にち、曜日、時刻) (Date, Day, Time)

日程表 Timeline Table

私の予約日は : My Appointment is on a:	予約の 7 日前は : 7 days before my appointment is a:	予約の 3 日前は : 3 days before my appointment is a:	予約の前日は : 1 day before my appointment is a:
月曜日 Monday	月曜日 Monday	金曜日 Friday	日曜日 Sunday
火曜日 Tuesday	火曜日 Tuesday	土曜日 Saturday	月曜日 Monday
水曜日 Wednesday	水曜日 Wednesday	日曜日 Sunday	火曜日 Tuesday
木曜日 Thursday	木曜日 Thursday	月曜日 Monday	水曜日 Wednesday
金曜日 Friday	金曜日 Friday	火曜日 Tuesday	木曜日 Thursday
土曜日 Saturday	土曜日 Saturday	水曜日 Wednesday	金曜日 Friday

大腸内視鏡検査の 7 日前
7 days before your colonoscopy

曜日 :
Day:

日程表に従って書き込んでください。

Fill in the day according to the timeline table

- アスピリンの使用は中止しないでください。 **Do not stop your aspirin**
- 血液希釈剤(血をサラサラにする薬) を使っている場合は、大腸内視鏡検査を指示した先生に申し出てください。血液希釈剤を使用しているかどうかわからない場合は、担当の医師に連絡してください。 **If you take a blood thinner, tell the doctor** who ordered your colonoscopy. **If you are unsure that you are taking blood thinners, please contact your doctor.**
- フェロス・サルフェイト(硫酸第一鉄) やポリサッカライド・アイロン・コンプレックス(多糖類鉄複合体) のような鉄のサプリメントの服用を中止してください。 **Stop taking any iron supplements, such as ferrous sulfate or polysaccharide iron complex.**
- フェンテルミン(Phentermine) (アディペックス-P (Adipex-P)、ロミラ(Lomira)、ファスチン(Fastin)、フェンテルコット(Phentercot)) フェンテルミン(Phentermine)+トピラマート(topiramate) (クスマリア(Qsymia)) の服用を中止してください。これは減量薬です。

Stop taking Phentermine (Adipex-P, Lomira, Fastin, Phentercot) Phentermine + topiramate (Qsymia). This is a weight loss medication.

大腸内視鏡検査の 3 日前
3 days before your colonoscopy

曜日 :
Day:

日程表に従って書き込んでください。

Fill in the day according to the timeline table

- ポップコーン、とうもろこし、豆、木の実、小さな種の入った果物、トマトやセロリを食べるのをやめてください。 **Stop eating popcorn, corn, beans, nuts, fruits with small seeds, tomatoes and celery.**

大腸内視鏡検査前日
The day before your colonoscopy

曜日 :
Day:

日程表に従って書き込んでください。

Fill in the day according to the timeline table

- 検査終了まで今から固形食は食べられません。(以下の) 清澄液(せいちよ

うえき)の食事を始めてください。脱水症状を避けるため、日中最低コップに8杯の水かまたは清澄液を飲んでください。**No solid food from now until your procedure is done.** Begin a clear liquid diet (below). Drink at least 8 glasses of water or clear liquids during the day to avoid dehydration.

- 午後12時にドルコラックスの錠剤を2錠飲みます。64オンス(2リットル)の液体とミララックス8.3オンスを混ぜ、冷蔵庫に保管してください(氷は入れないこと)。At 12 noon, take 2 Dulcolax tablets. Mix 64 ounces of liquid with 8.3 ounces Miralax and place in the refrigerator (do not add ice).
- 午後5時から午後6時の間にミララックスとゲータレードを混ぜた下剤を8オンス飲み、その後15分おきに8オンスずつ、溶液全体の半分(32オンス、1リットル)がなくなるまで飲み続けてください。飲むペースを保つため15分おきにタイマーをセットします。Between 5 and 6 pm, drink one 8-ounce glass of the Miralax/Gatorade solution and continue drinking one 8 ounce glass every 15 minutes thereafter until half the mixture (32 ounces) is gone. Set a timer for every 15 minutes to keep pace.
- 下痢になるのでトイレの近くにいてください。Stay near a toilet, as you will have diarrhea.

これらの清澄液は飲んでも構いません。

You may drink these clear liquids:

- ゲータレード、クリスタルライトレモネード、ペディアライト、またはパワーエイド Gatorade, Crystal Light Lemonade®, Pedialyte® or Powerade®
- コーヒーまたは紅茶(ブラックに限る)
Coffee or tea (black only)
- 炭酸および非炭酸飲料 Carbonated or non-carbonated soda
- フルーツ風味飲料 Fruit-flavored drinks
- りんごジュース、白クランベリージュース、または白いぶどうジュース Apple juice, white cranberry juice or white grape juice
- ゼリー、アイスキャンデー
Jell-O or popsicles
- 具のない煮汁 Broth

これらのものは飲まないでください。

Do not drink these liquids:

- 酒類 Alcohol
- 牛乳または乳成分を含まないクリーム Milk or non-dairy creamer
- 果肉の入ったジュース Juice with pulp
- 透明でない液体 Any liquid you cannot see through
- 飴 Hard candy

注意事項：赤色や紫色のものはとってはいけません。Note: Nothing Red or Purple

大腸内視鏡検査当日（夜中の12時から始まります） The day of your colonoscopy (starting at 12 am midnight)

- 固形物や煮汁やゼリーはとらないで下さい。 No solid foods, broth or Jello.

検査のために家を出る 5 時間前
5 hours before leaving home for your colonoscopy

曜日、時間 :
Day/Time: _____

日程表に従って書き込んでください。

Fill in the day according to the timeline table

- 早起きをしなければいけないでしょう。 You may have to wake up early.
- 検査の予約に向かう5時間前に前処置の溶液の最後の1リットル（32オンス）を飲んでください。 Drink the final liter (32 ounces) of prep solution 5 hours before you need to leave for your procedure.
- （それ以外の指示がない限り）検査の予約時刻の4時間前に少量の水で朝飲む分のお薬を飲んでください。糖尿病用の薬を使用している場合は担当の先生の指示に従ってください。 Take your morning medications with a small amount of water 4 hours before your appointment time (unless you have been told otherwise). If you take Diabetes medications follow your doctor's instructions.

大腸内視鏡検査の 2 時間前
2 hours before your colonoscopy

曜日、時間
Day/Time: _____

日程表に従って書き込んでください。

Fill in the day according to timeline table

- 飲み物を飲んだり、タバコを吸ったり、ガムを噛んだりなど、経口のものすべてやめてください。 Stop everything by mouth, including all liquids, smoking and chewing gum.

重要 ! Important!

すべて指示通りに準備をした場合は便は透明か黄色の液体になり、大腸内視鏡検査をうける準備ができたと言えます。便の形がある場合や前処置が予定通りに進まない場合は 734-936-9250、またはフリーダイヤルの 877-758-2626 に電話をしてください。夜間、週末、または祭日の場合は 734-936-6267 で病院のオペレーターに連絡し消化器内科の当直医につなぐようお願いください。

If you followed **all** of the instructions, your stool will be a clear or yellow liquid and you are ready for your colonoscopy. If your stool is formed or your preparation is not going as expected call (734)936-9250 or toll-free (877) 758-2626. After business hours, on weekends or holidays call the paging operator at (734) 936-6267 and ask to speak with the GI doctor on call.

Medical Procedures Unit

Colonoscopy Bowel Prep Instructions – Miralax®/Gatorade™(Japanese)

大腸内視鏡検査前処置のポイント : Colon cleansing tips:

1. トイレの近くにいること！下痢になります、またそれが突然起こることもあります。これは正常なことです。 Stay near a toilet! You will have diarrhea, which can be quite sudden. This is normal.
2. ストローで溶液を飲んでみてください。飲みやすくなるかもしれません。 Try drinking the solution with a straw. It may be easier to tolerate.
3. まれに下剤によって吐き気を催したり嘔吐することがあります。その場合は30分休憩し、口をゆすいだり歯を磨いてみます。それからまた溶液を飲み続けてください。 Rarely, people may have nausea or vomiting with the prep. If this occurs, give yourself a 30 -minute break, rinse your mouth or brush your teeth, then continue drinking the prep solution.
4. 腸から便が排泄されるまで腹部に不快感を感じるかもしれません。（これは2時間から4時間ほど続くことがあります、時にはそれ以上続くこともあります。） You may have bowel cramps until the stool has flushed from your colon (this may take 2 to 4 hours and sometimes much longer).
5. 肛門周囲皮膚炎を起こしたり痔核の炎症がひどくなることがあります。その場合はヒドロコルチゾンクリーム、ベビーワイプ、ワセリンまたはタックスパッドなどの市販のもので対応してください。アルコールを含むものは避けてください。処方箋薬の痔のクリームをお持ちの方は使用されても構いません。座薬は使用しないでください。 Anal skin irritation or a flare of hemorrhoid inflammation may occur. If this happens, treat it with over-the-counter-remedies, such as hydrocortisone cream, baby wipes, Vaseline®, or TUCKS® pads. Avoid products containing alcohol. If you have a prescription for hemorrhoid cream, you may use it. Do not use suppositories.

いつコールセンターに連絡すべきですか？ When should I call the call center?

体調が悪く、予約の 48 時間以内に以下のいずれかの症状があった場合はコールセンター (734) 936-9250 まで連絡して下さい。

- 華氏 100.6 (摂氏 38 °C) を超える発熱
- 湿性咳嗽 (痰の出る咳)
- 下痢
- 嘔吐 (腸管前処置とは関係なく)

If you have been ill and have had any of the following symptoms within 48 hours of your appointment, please call the call center at (734) 936-9250:

- Fever greater than 100.6

- Productive cough (where your cough is producing phlegm)
- Diarrhea
- Vomiting (not related to taking the bowel prep)

→ 次のページの大腸内視鏡検査の良い点やリスク、そしてほかの選択肢についての資料をご参考ください。

→ Turn the page to learn about the benefits, risks and alternatives for a colonoscopy



MICHIGAN MEDICINE
UNIVERSITY OF MICHIGAN

大腸内視鏡検査の利点、リスク、代替検査とは何ですか？

What are the Benefits, Risks and Alternatives for a Colonoscopy? (Japanese)

検査を開始する前に、医療チームのメンバーがあなたにこの検査手順、検査の利点とリスク、大腸内視鏡検査の代替検査についての理解しているかを示す同意書に署名していただきます。同意書を理解するためにこの配布資料をお読みになるか、ビデオ<http://michmed.org/EXL6d>をご覧ください。Before starting the procedure, a member of our team will ask you to sign an informed consent indicating that you understand the procedure, its benefits and risks, and the alternatives for a colonoscopy. Read this handout or view the video at: <http://michmed.org/EXL6d> to understand your informed consent.

大腸内視鏡検査の目的とは何ですか？ What is the purpose of a colonoscopy?

大腸内視鏡検査は、医師が肛門に細いチューブを挿入し直腸と大腸の内側を視診する検査です。大腸内視鏡は、組織の炎症や腫れ、潰瘍、ポリープ、および癌を映し出すことができます。Colonoscopy is a procedure in which a doctor inserts a thin tube into the anus to look inside your rectum and colon. Colonoscopy can show irritated and swollen tissue, ulcers, polyps, and cancer.

大腸内視鏡検査の利点とは何ですか？ What are the benefits of a colonoscopy?

大腸内視鏡検査は、初期の段階で癌を発見することができ、癌になる前にポリープを発見、切除することができます。これは、大腸直腸がん治療の成功の機会を大幅に増やし、大腸直腸がんで亡くなる可能性を減らします。

Colonoscopy exams can find cancers at earlier stages, and polyps can be found and removed before they become cancerous. This greatly improves the chances for treating colorectal cancer successfully and reduces the chance that a person will die from colorectal cancer.

大腸内視鏡検査のリスクとは何ですか？ What are the risks of a colonoscopy?

大腸内視鏡によるスクリーニング検査に関する研究では、10,000人中4人から8人に大腸内視鏡検査後深刻な合併症が起こることが分りました。深刻な合併症とは、以下を含みます。

- 出血。ほとんどの出血は、ポリープ切除を行った患者さんに起こります。2 cm以上のポリープがある場合、このリスクは高まります。
- 大腸または直腸の壁が裂けるまたは穴（穿孔）があくことがあります。

- 感染症。
- 誤嚥は、肺の感染症(肺炎)につながる恐れがあります。
- 呼吸や心臓の問題などを含め、鎮静薬に対する反応が起こる場合があります。ステロイド剤や抗凝固薬を使用していたり、または重大な基礎疾患をお持ちの患者さんは、リスクが高くなります。癌やポリープが検出されないリスクもあります。

A study of screening colonoscopies found that between 4 to 8 people in 10,000 have a serious complication after a colonoscopy. Serious complications include:

- Bleeding. Most cases of bleeding occur in patients who have polyps removed. The risk is higher for polyps that are larger than 2 cm.
 - A tear or a hole in the colon or rectum wall (perforation).
 - Infection.
 - Aspiration that may lead to a lung infection (pneumonia).
 - A reaction to the sedating medication, including breathing or heart problems.
- Risks are higher in people taking steroids or anti-coagulation medicines, or in people that have significant underlying diseases. There is also a risk that cancer or polyps will not be detected.

代替検査とは、何ですか? What are the alternatives?

大腸および直腸の異常を検知することができる他のスクリーニング検査がありますが、大腸内視鏡検査は医師が検査中に組織検体を採取したり、ポリープを切除することのできる唯一の方法です。大腸検査で追加の検査および手術の必要性を軽減できます。There are other screening tests that may detect abnormalities in the colon and rectum but colonoscopy is the only method that enables the doctor to take a sample tissue and/or remove polyps during the procedure. This reduces the need for additional tests and surgeries.

免責条項： この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン・メディスンが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン・メディスン外で作成されたオンラインのホームページへのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなホームページの内容について弊院は一切責任を負いません。この資料の内容を主治医からの医療的アドバイスと同等のものとして扱うことはできません。なぜならあなた自身の経験が一般的な症例とは異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、また今後の治療計画について質問がある場合は主治医にお問い合わせください。

ミシガン・メディスンの患者教育資料は、クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承 3.0 非移植 のライセンス下で認可されます。 最終改訂 2021年 11月

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Patient Education by Michigan Medicine is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License. Last Revised 11/2021