

대장 내시경 검사 사전 준비 설명서

2 일간의 Miralax/Gatorade

(미라락스/게토레이드)

Colonoscopy Bowel Prep Instructions 2-Day Miralax/Gatorade (Korean)

대장 내시경 검사 전 일주일 내내 이 설명서의 지침을 따르십시오

Refer to this

instruction sheet for the entire week before your colonoscopy. 대장 내시경 검사를 성공적으로 마치기 위해서는, 대장 내시경 검사 사전 준비 설명서를 따르는 것이 매우 중요합니다. 만약 설명서의 지침을 정확히 따르지 않을 경우에는, 장이 제대로 비워지지 않아 시술 준비가 안되어 있을 수 있기 때문에, 재시술을 해야 합니다. 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.

대장 내시경 검사 계획 세우기

Planning for Your Colonoscopy

이 설명서는 받는 즉시 읽어보시기 바랍니다. 그리고 각 항목을 읽고 이해한다면, 옆에 있는 칸에 체크 표시를 하십시오. Please read as soon as you receive this information and check off each box to indicate that you understand each item.

대장 사전 준비를 반드시 해야 합니다. 대장 정결제 처방전을 받지 않았다면, 내시경 콜센터로 전화하십시오.

- 전화 번호는 (734) 936 - 9250 혹은 무료전화(877) 758 -2626 입니다.

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.

□ **대장 정결제의 이름은 무엇입니까? . What is the name of your prep?**

- 적어도 검사 일주일 전까지는 대장 정결제를 구입하도록 권장합니다. We recommend that you fill your prescription at least a week before your procedure.

□ **검사를 받으러 올 때는 운전자 줄 사람과 반드시 동행해야 합니다**

You must have a driver with you at the procedure.

- 환자의 접수 및 퇴원 시, **18 세 혹은 18 세 이상의 운전자**가 반드시 함께 있어야 합니다. 접수 시 운전자가 없는 경우에는, 검사 약속 날짜를 다시 잡을 것입니다. 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 in, we will reschedule your appointment.
- 검사의 총 소요 시간은 3-4 시간이 될 수 있습니다. 대장 내시경 검사를 하는 동안, 운전자는 반드시 내시경 검사를 하는 장소에 머물러 있어야 한다는 것을 운전자에게 알려주세요. 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.
- **장신구와 개인 용품은 모두 집에 두고 오시기 바랍니다.** 병원 약속에 장신구를 착용하고 오시면 저희가 빼도록 요청할 수 있습니다. 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.
- **콘택트 렌즈는 착용하지 말고 오십시오.** Please do not wear contact lenses.

□ **당뇨가 있을 경우에는 반드시 담당 의사에게 연락해야 합니다. If you have diabetes you must call your doctor**

- 당뇨 환자의 경우는 특별 식이요법과 약물 복용 지침이 있습니다. 대장 내시경을 처방해 준 의사에게 특별 식이요법과 약물 복용에 관한 문의 전화를 하십시오. People with diabetes have special diet and medicine instructions. Call the

doctor who ordered your colonoscopy for your special diet and medicine instructions.

대장 내시경 검사의 위험성과 이점을 설명하는 비디오를 보십시오 View the video describing risks and benefits of colonoscopy

○ 웹사이트 방문 Visit: <http://michmed.org/EXL6d>

재예약을 해야 할 경우 If you need to reschedule

○ (734) 936-9250 혹은 무료 전화(877) 758-2626 으로 전화하십시오 Call (734) 936 - 9250 or toll-free (877) 758 - 2626.

사전에 무엇을 준비해야 하나? What supplies do I need to prepare in advance?

아래의 약품 및 음료수를 가까운 약국에서 구입하십시오. Obtain the following supplies at your local pharmacy:

- Dulcolax 2 알(bisacodyl) (완하제 각 알은 5mg 의bisacodyl 함유) (대변 연화제는 **구입하지** 마십시오). 2 Dulcolax® (bisacodyl) (laxative tablets - each tablet contains 5 mg of bisacodyl (do not get Dulcolax stool softener).
- Miralax® (미라락스) 2 병 (각각 8.3 온스 혹은 238 그램) 2 bottles of Miralax® (8.3 ounces or 238 grams each)
- 투명한 액체 4 병 (병당 32 온스) (붉은색이 **아닌 것**): Gatorade®, G2®, Gatorade Ice®, Powerade®, 혹은 Powerade Zero®. 4 bottles of clear liquid (32 ounces each) (not red): Gatorade®, G2®, Gatorade Ice®, Powerade®, or Powerade Zero®.

대장 내시경 검사의 사전 준비 일정

Timeline of the colonoscopy preparation

대장 내시경 검사의 사전 준비 일정을 어떻게 정합니까? How will I determine my colonoscopy prep schedule?

아래의 일정표는 어느 요일에 사전 준비를 시작할 지를 결정하는데 도움이 될 것입니다. 사전 준비를 언제부터 시작할 지를 정하기 위해, 해당 줄에 형광펜을 사용하거나 동그라미를 쳐서 표시하십시오. **사전 준비는 하루가 시작되자마자부터 시작합니다.**

예약을 다시 했을 경우는 사전 준비 일정표를 **반드시** 새로운 날짜에 맞추어서 다시 짜야 합니다. 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.** If you reschedule your appointment, you **must** redo the timeline table to match your new date.

나의 예약 My Appointment Is:

(날짜, 요일 시간) (Date, Day, Time)

일정표 Timeline Table

예약된 날 요일 My Appointment is on a:	예약된 날부터 7 일 전 요일 7 days before my appointment is a:	예약된 날부터 3 일 전 요일 3 days before my appointment is a:	예약된 날부터 1 일 전 요일 1 day before my appointment is a:
월요일 Monday	월요일 Monday	금요일 Friday	일요일 Sunday
화요일 Tuesday	화요일 Tuesday	토요일 Saturday	월요일 Monday
수요일 Wednesday	수요일 Wednesday	일요일 Sunday	화요일 Tuesday
목요일 Thursday	목요일 Thursday	월요일 Monday	수요일 Wednesday
금요일 Friday	금요일 Friday	화요일 Tuesday	목요일 Thursday

대장 내시경 검사 7 일 전

요일

7 days before your colonoscopy Day:

일정표에 따라 요일을 기입하십시오

Fill in the day according to the timeline table

- 아스피린 복용을 중단하지 **마십시오**
- 혈액 희석제를 복용하고 있다면, 대장 내시경을 처방한 의사에게 알려십시오. 혈액 희석제 복용 여부가 확실치 않다면, 담당 의사에게 문의하십시오
- Ferrous sulfate 혹은 Polysaccharide 철분 복합체 같은 철분 보충제 복용을 중단하십시오
- **Do not** stop your aspirin.
- 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.
- Stop taking any iron supplements, such as ferrous sulfate or polysaccharide iron complex.

대장 내시경 검사 3 일 전: 3 days before your colonoscopy Day:

일정표에 따라 요일을 기입하십시오

Fill in the day according to the timeline table

- 팝콘, 옥수수, 콩류, 견과류, 작은 씨가 있는 과일류, 토마토와 셀러리 섭취를 중단하십시오. Stop eating popcorn, corn, beans, nuts, fruits with small seeds, tomatoes and celery.

대장 내시경 검사 2 일 전: 2 days before your colonoscopy Day:

일정표에 따라 요일을 기입하십시오

Fill in the day according to the timeline table

- 지금부터 검사가 끝날 때까지 고형식을 중단하십시오.** 투명한 유동식을 시작하십시오 (다음 장 참조).
탈수를 막기 위해 하루에 적어도 8 잔의 물이나 투명한 음료를 드십시오. **No solid food from now until your procedure is done.** Begin a clear liquid diet (on the next page).
Drink at least 8 glasses of water or clear liquids during the day to avoid dehydration.
- 낮 12 시에 Dulcolax 2 알을 복용하십시오. 8.3 온스의 Miralax (마리락스)를 64 온스의 액체에 섞어 냉장고에 보관하십시오 (얼음은 넣지 마십시오). 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).
- 오후 5 시와 6 시 사이에, 8 온스의 Miralax/Gatorade (마리락스/게토레이드) 혼합액을 드십시오. 그런 후, 혼합 액체가 반(32 온스)으로 줄어들 때까지, 15 분 간격으로 8 온스씩을 계속해서 드십시오. 페이스를 유지하기 위해 15 분마다 타이머가 작동하도록 설정해 놓으십시오.
Between 5pm 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.

대장 내시경 검사 전날 요일

요일:

The day before your colonoscopy

Day:

일정표에 따라 요일을 기입하십시오

Fill in the day according to the timeline table

- 오전 8 시에, 8 온스의 Miralax/Gatorade (마리락스/게토레이드) 혼합액을 드십시오. 그런 후, 혼합 액체가 반(32 온스)으로 줄어들 때까지 15 분 간격으로 8 온스씩을 계속해서 드십시오. 페이스를 유지하기 위해 15 분마다 타이머가 작동하도록 설정해 놓으십시오. At 8:00am, 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.

Medical Procedures Unit

Colonoscopy Bowel Prep Instructions – 2-Day Miralax/Gatorade (Korean)

- 8.3 온스의 Miralax (마리락스)를 마지막 64 온스의 액체에 섞어 냉장고에 보관하십시오 (얼음은 넣지 마십시오). Mix the last 64 ounces of liquid with 8.3 ounces Miralax and place in the refrigerator (do not add ice).
- 오후 5 시와 6 시 사이에 8 온스의 Miralax/Gatorade (마리락스/게토레이드) 혼합액을 드십시오. 그런 후, 혼합 액체가 반(32 온스) 으로 줄어들 때까지 15 분 간격으로 8 온스씩을 계속해서 드십시오. 페이스를 유지하기 위해 15 분마다 타이머가 작동하도록 설정해 놓으십시오. 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.
- 설사를 하게 될 것이므로, 화장실 근처에 계십시오. Stay near a toilet, as you will have diarrhea.

<p>마셔도 되는 투명한 액체</p> <p>You may drink these clear liquids:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gatorade, Crystal Light Lemonade®, Pedialyte® 혹은 Powerade® Gatorade, Crystal Light Lemonade®, Pedialyte® or Powerade® • 커피 혹은 차 (블랙으로만) Coffee or tea (black only) • 탄산 혹은 무탄산 청량 음료 Carbonated or non-carbonated soda • 과일맛 음료 Fruit-flavored drinks • 사과주스, 흰 크랜베리 주스 또는 흰 포도 주스 Apple juice, white cranberry juice or white grape juice • Jell-O (젤라틴) 또는 빙과류 Jell-O (gelatin) or popsicles • 국물 Broth 	<p>마시면 안되는 액체</p> <p>Do not drink these liquids:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 술 Alcohol • 우유 혹은 유제품이 아닌 크리머 Milk or non-dairy creamer • 알갱이가 있는 주스 Juice with pulp • 투명하지 않은 모든 액체 Any liquid you cannot see through • 딱딱한 사탕 Hard candy <p>주의 사항 붉은색이나 보라색을 띠는 것은 모두 금지 Note: Nothing Red or Purple</p>
--	--

대장 내시경 검사 당일 (밤 12 시 부터 시작)

- **고형식, 국물 혹은 젤로 불가** No solid foods, broth or Jello.

대장 내시경 검사를 하기 위해 병원으로 출발하기 5 시간 전

요일/시간

5 hours before leaving home for your colonoscopy

Day/Time:

일정표에 따라 요일을 기입하십시오

Fill in the day according to the timeline table

- **아침 일찍 일어나야 할 수도 있습니다** You may have to wake up early.
- **검사를 하러 집을 나서기 5 시간 전에 마지막 혼합액 32 온스를 드십시오** Drink the final 32 ounces of prep solution 5 hours before you need to leave for your procedure.
- **검사받기 4 시간 전에 평소 아침에 복용하는 약을 소량의 물과 함께 복용하십시오 (복용에 관한 다른 지시사항을 받은 것이 없다면). 당뇨약을 복용하고 있다면 담당 의사의 지시를 따르십시오** 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.

대장 내시경 검사 2 시간 전

요일/시간

2 hours before your colonoscopy

Day/Time:

일정표에 따라 요일을 기입하십시오

Fill in the day according to timeline table

- **모든 종류의 액체, 흡연, 껌 씹기 등 입으로 들어가는 모든 음식을 중단하십시오** Stop everything by mouth, including all liquids, smoking and chewing gum.

중요! Important!

모든 지침을 잘 따랐다면, 대변의 상태는 투명하거나 노란색 액체일 것이므로, 대장 내시경 검사를 할 준비가 되었습니다. 대변이 형태가 있거나 검사 준비가 예상대로 진행되지 않았을 경우: 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 이나 무료 전화(877) 758-2626 으로 전화하십시오. (734) 936-9250 or toll-free (877) 758-2626.
- 진료시간 후나 주말 혹은 공휴일에는 (734) 936-6267 로 전화해서 호출기 교환원에게 소화기과 담당 당직 의사와 통화할 수 있도록 요청하십시오. 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.

대장 비우기에 관한 유용한 정보 Colon cleansing tips:

1. 화장실 근처에 계십시오. 설사를 하게 되는데, 아주 갑작스럽게 올 수도 있습니다. 이는 지극히 정상입니다. Stay near a toilet! You will have diarrhea, which can be quite sudden. This is normal.
2. 용액을 빨대로 마셔보십시오. 좀 더 쉽게 참고 드실 수 있을 것입니다. Try drinking the solution with a straw. It may be easier to tolerate.
3. 드물게는, 사전 준비 용액을 마시다가 매스껍거나 구토를 하는 사람들도 있습니다. 이런 경우에는, 용액 복용을 30 분간 중단하십시오. 그리고 입을 헹구거나 양치질을 한 후에 용액을 다시 드십시오. 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. 대장내의 대변이 모두 배출되기 전까지 복통이 있을 수 있습니다 (2 시간에서 4 시간 가량이 될 수도 있고, 때로는 훨씬 더 오랫동안 지속될 수도 있습니다). You may have bowel cramps until the stool has flushed from your colon (this may take 2 to 4 hours and sometimes much longer).

항문 주위의 피부가 자극을 받거나 치질성 염증이 생길 수도 있습니다. 그런 경우: Anal skin irritation or a flare of hemorrhoid inflammation may occur. If this happens:

- 약국에서 처방전 없이도 구입할 수 있는 hydrocortisone (하이드로코티존) 크림, 유아용 종이 물수건, Vaseline (바셀린) 혹은 TUCKS (턱스) 패드로 치료하십시오. Treat it with over-the-counter-remedies, such as hydrocortisone cream, baby wipes, Vaseline, or TUCKS pads.
- 알콜 성분이 있는 제품은 피하십시오. Avoid products containing alcohol.
- 치질용 크림을 처방받았다면 사용하셔도 됩니다. 권장용 좌약은 사용하지 마십시오. If you have a prescription for hemorrhoid cream, you may use it. Do not use suppositories.

언제 콜센터에 전화해야 하나? When should I call the call center?

만약 몸이 아프고 예약 시간 48 시간 이내에 다음과 같은 증세가 나타난다면, 반드시 (734) 936-9250 콜센터로 전화하시기 바랍니다.

- 열이 100.6 도 이상
- 젖은 기침 (가래가 나오는 기침)
- 설사
- 구토 (대장 정결제 복용과 무관한)

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)

→ 대장 내시경 검사의 이점과 위험성 및 대안에 대한 설명은 다음 페이지에 있습니다

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

대장 내시경 검사의 이점과 위험성 및 대안은 무엇입니까?

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

시술을 시작하기 전에, 저희 팀원 중 한 명이 대장 내시경 검사, 혹은 EGD (식도 위 십이지장경 검사) 라고도 불리는 이 시술의 이점과 위험성 및 대안 등을 환자가 이해한다는 표시로 사전 동의서에 서명하도록 요청할 것입니다. 사전 동의서에 대해 자세히 알고 싶다면, 이 설명서를 읽거나 다음 비디오를 보십시오:

<http://michmed.org/EXL6d> 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.

대장 내시경 검사의 목적은 무엇입니까?

What is the purpose of a colonoscopy?

대장 내시경 검사는 의사가 직장과 대장의 내부를 보기 위해 얇은 관을 항문 속으로 삽입하는 시술입니다. 대장 내시경 검사로 염증이 있고 부은 조직, 궤양, 용종 또는 악성 종양을 볼 수 있습니다. 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.

대장 내시경 검사의 이점은 무엇입니까?

What are the benefits of a colonoscopy?

대장 내시경 검사는 암을 초기 단계에서 발견할 수 있고, 용종이 발견되면 악성이 되기 전에 제거할 수 있습니다. 그러면 결장직장 암의 치료 성공률을 크게 높이며, 결장직장 암으로 사망하는 확률을 감소시킵니다.

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.

대장 내시경 검사의 위험성은 무엇입니까?

What are the risks of a colonoscopy?

대장 내시경 검사에 관한 한 연구에 의하면 10,000 명당 4-8 명이 대장 내시경 시술 후 심각한 합병증이 있었다고 밝혀졌습니다. 심각한 합병증은 다음을 포함합니다. 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:

- 출혈 출혈의 대부분은 용종을 제거한 환자에게 일어납니다. 용종이 2cm 이상이면 위험성이 더 높습니다. Bleeding. Most cases of bleeding occur in patients who have polyps removed. The risk is higher for polyps that are larger than 2 cm.
- 대장이나 직장 벽의 찢김이나 구멍 (천공) A tear or a hole in the colon or rectum wall (perforation).
- 감염 Infection.
- 폐의 감염 (폐렴)으로 이르게 할 수 있는 흡인 Aspiration that may lead to a lung infection (pneumonia).
- 호흡이나 심장 문제를 포함하는 진정제 부작용. A reaction to the sedating medication, including breathing or heart problems.

스테로이드제나 항응고제를 복용하는 사람 혹은 심각한 기저 질환이 있는 사람들은 위험성이 더 높습니다. 악성 종양이나 용종이 발견되지 않을 위험성도 있습니다. 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.

어떤 대안들이 있습니까? What are the alternatives?

다른 선별 검사로도 대장이나 직장의 이상을 발견할 수 있습니다. 하지만 대장 내시경 검사는 의사가 시술 중 조직 샘플을 채취하거나 용종을 제거할 수 있게 하는 유일한 방법입니다. 그렇게 하면, 추가적인 검사나 수술의 필요성이 줄어듭니다. 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.

책임의 한계 및 법적 고지: 본 문서는 귀하와 동일한 상태의 전형적인 환자를 위해 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 만든 정보 및/혹은 교육용 자료입니다. 여기에는 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 직접 작성하지 않은 온라인 내용에 관한 링크가 포함되어 있을 수 있는데, 이에 대한 책임은 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 지지 않습니다. 귀하의 경험이 전형적인 환자의 경험과 다를 수 있으므로, 본 문서가 담당 의료진의 의학적인 자문을 대체하지는 않습니다. 본 문서나 건강 상태 혹은 치료 계획에 관한 문의가 있다면, 반드시 담당 의료진과 상담하십시오.

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.

번역: 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 통역 서비스 Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

미시간 메디신 (Michigan Medicine) 의 환자 교육은 [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#) 에 따라 인가 받았습니

[최종 수정 2021/01](#)

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 01/2021