

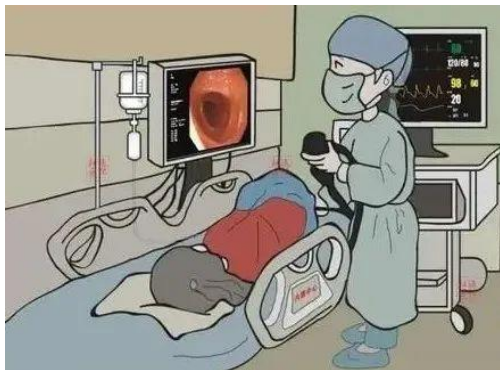
胃癌、结直肠癌在中国癌症发病率和死亡率均占**前五**，消化道肿瘤占恶性肿瘤的**50%**左右，现代医学研究发现，消化道肿瘤可以早期发现，从而大大提高治愈率。



消化道肿瘤的早期症状，就是没有症状！等到出现典型症状再去检查，往往已经是进展期癌了！而**胃肠镜筛查**目前是针对高危人群早诊早治上消化道癌症最为有效的措施。

为什么肠道清洁很重要？

首先，我们应该了解医生是如何通过胃肠镜检查来诊断疾病的，胃镜检查前保证胃里无食物，便于观察粘膜病变，检查时通过一根橡胶软管经过口腔及喉咙进入胃内，软管前端安装有电子传感器和光源，相当于一台摄像机，通过图片传输，医生观察到胃内的情况。



肠镜检查同样使用软管，经肛门进入肠道，通过正确的肠道清洁方法保证肠内无粪便，充分暴露粘膜以便观察粘膜病变、息肉、溃疡、癌变等。

肠息肉：猜猜我在哪？

大家一起来找茬



《优等生》

肠道准备优

获奖感言：肠道黏膜观察良好，基本无残留污斑、混浊液体、粪便。



《合格》

肠道准备良

有提升空间：肠道黏膜观察良好，但是残留少量污斑、混浊液体、粪便。



《不及格》

肠道准备差

面壁思过：由于污斑、混浊液体、残留粪便导致部分肠黏膜无法观察。



《倒数第一》

肠道准备极差

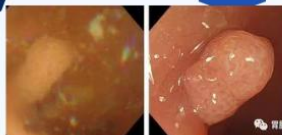
留级重新做一次：由于无法清除的固体或液体粪便导致整段肠黏膜无法观察。



《终于找到你》

藏在肠液中的肠息肉

找茬秘籍：遵医嘱做好肠道清洁，减少病变漏诊风险。



因此充分的肠道准备是高质量结肠镜检查的前提，与结肠镜检查的诊断准确性和治疗安全性密切相关。肠道准备不充分可导致操作时间延长、结肠镜检查难度增加、检查不完全、病变漏诊风险以及并发症发生风险增加。肠道准备成功率是结肠镜检查质量控制的核心指标，合格的**肠道准备成功率应 $\geq 90\%$** 。

02

如何做好肠道准备？

一、饮食准备

1、检查前 2 天，便秘者提前 3 天，进食少渣食物，比如米饭、肉类、粥粉面、肠粉都可正常进食，不进食带渣、多籽、深色食物，比如青菜、韭菜、芹菜、菇类、海带、豆类、西瓜、猕猴桃、火龙果、辣椒等。



2、检查前一天半流质（面条或粥），晚上 18:00 后禁食，检查当天早餐禁食。检查当天按照预约检查的时间至少禁水 2 小时。

二、清肠药及服用方法

1、检查当日，在预约检查的时间前 6 小时开始服清肠药（和爽）2 包，确保在 2 小时内喝完：将药物全部溶于 2000ml 温水中，每间隔 15 分钟左右服 250ml，边喝边走动、跳跃、适量运动和腹部按摩来加速肠道蠕动排泄。

2、**便秘的患者**需进 3 000ml 分次服用的方案，即肠道检查前一晚 20：00，将 1 包清肠药（和爽）全部溶于 1000ml 温水中，每间隔 15 分钟左右服 250ml，保证有大便排出。检查前 4-6 小时再次口服 2000ml 清肠药，方法同上。

3、在喝完清肠液后服用西甲硅油散 1 瓶（去泡剂），加入剩余 100ML 清肠液中一起服用。（如遗漏服用可带入内镜室使用）

4、一般要排泄 6 次以上，直至解黄色水样便或清水便，不可有粪渣。



检查注意事项

检查前7天

停活血抗凝 药物

咨询医生，停用相关药物，比如阿司匹林、氯吡格雷、丹参滴丸等。

完善检验检查

检查前1天

一定在检查当天之前完成抽血化验和心电图检查，拿取报告后看麻醉科门诊，签署同意书。

检查当日

家属陪同

检查当日要求一定要有直系家属陪同。

药物使用

- 高血压患者正常在晨起后一口水送服降压药。
- 糖尿病患者不要口服降糖药和注射胰岛素。

个人准备

月经期不可肠镜检查，检查前去除可移动的假牙，检查前不可有感冒等。

检查后

饮食

全麻胃肠镜后常规2小时后可进食进水，特殊治疗后遵医嘱。





参考文献：

- [1]中国医师协会内镜医师分会消化内镜专业委员会,中国抗癌协会肿瘤内镜学专业委员会.中国消化内镜诊疗相关肠道准备指南[J].中华消化内镜杂志,2019,36(7):457-469.
- [2]李杰,曲畅,赵倩等.结肠镜检查前患者肠道准备度的现状及影响因素[J].中国医药指南,2020,18(27):1-2,5.
- [3]202306 共识|结肠镜检查肠道准备专家共识意见 (2023, 广州)

科普供稿来源 广东省妇幼保健院综合病

王娟 郭晶晶