



### 대장 내시경 장 정결 방법 안내

대장 내부가 깨끗하게 되어야만 정확한 검사를 편하게 받으실 수 있습니다. 장 청소가 잘 되지 않은 경우는 용종을 발견하거나 질병을 발견할 가능성이 떨어지게 됩니다. 검사 시간도 길어질 수 있으며, 때로는 검사가 취소되기도 합니다. 따라서 완벽한 검사를 위해서는 아래의 주의 사항에 따라 적절한 식이 조절과 장정결제의 사용이 매우 중요합니다.

**검사 일주일 전 부터는:** 모든 필수 약물들은 이전대로 복용하셔야 합니다만, 아스피린과 같은 항혈소판제나 항응고제 (Warfarin, Apixaban, Rivaroxaban 등)를 드시는 분들은 담당 의사에게 복용 여부에 대해 반드시 확인 후, 복용 중지 여부 및 기간에 대해서 상의 하셔야 합니다. 정상적인 식단을 유지하시되, 참외, 포도, 수박, wholegrain 빵 등 많은 양의 씨앗이 포함 된 음식은 섭취하지 마십시오.

**2일 전 부터는:** 수분 섭취는 가능한 많이 하시면서, 질긴 나물, 채소류, 김치, 해조류, 현미, 잡곡 등은 **피하시는 것이 좋습니다.**

**하루 전에는 :** 흰죽과 같이 가벼운 아침 식사를 한 후 부터는 하루 종일 물 종류만 마시게 됩니다. 따라서 우유나 건더기가 있는 액체도 피하셔야 합니다. 드실 수 있는 물 종류에는 건더기 없는 과일 주스, 게토레이, 코디얼, 차, 커피, 맑은 미음 등이 있습니다. 마찬가지로 가능하면 많이 마실 수록 좋습니다.

#### 장 청소 (Bowel preparation)

장 세정제는 **PICOPREP (3 봉지/팩)**이라고 하며, 약국에서 처방전 없이 사실 수 있습니다. 검사일이 정해지면 미리 사서 준비하세요.

피코프렙 한 봉지를 미지근한 물 250ml 에 타서 녹을 때 까지 천천히 저어주세요. 냉장고에 차게 준비 하셨다가 마셔도 되고, 레몬 주스를 살짝 섞어서 드시는 것도 좋습니다. 물 종류 250ml 이상을 이어서 천천히 마시는데, 많이 마실 수록 좋습니다. 한 두 시간 안에 설사를 하게 됩니다.

검사 시간에 따라서 피코프렙을 마시는 시간이 다릅니다. 아래 표를 참고하세요.



|                                                                           |                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 검사가 낮 12 시 이전 (오전)인 경우:<br>검사 전날 세 봉지를 마시게 됩니다.                           | 검사가 낮 12 시 이후(오후)인 경우:<br>검사 전날 세 봉지를 마시게 됩니다.                               |
| Picoprep 한 봉지: 오후 3 시<br>Picoprep 한 봉지: 오후 6 시<br>Picoprep 한 봉지: 오후 9 시   | Picoprep 한 봉지: 오후 6 시<br>Picoprep 한 봉지: 오후 9 시                               |
| <b>밤 자정 부터는 금식입니다.</b> 물도 드시면 안됩니다. 꼭 드셔야 하는 약은 당일 아침 물 한 모금과 함께 드셔도 됩니다. | 그리고 검사 당일<br>Picoprep 한 봉지: 오전 6 시<br><b>오전 7 시 이후부터 금식입니다.</b> 물도 드시면 안됩니다. |