

为结肠镜检查 做准备

SANDRA 的故事



恭喜您！

如果您正在与自己的医疗保健提供者讨论安排接受筛查性结肠镜检查（一种检查结肠健康状况的医疗程序），则您已在为了自己及家人福祉而保护自身健康方面，迈出了重要的一步。许多人应该从 45 岁开始接受筛查。结肠癌高风险人群则可能需要更早开始。

为何要做出这一重要决定

所有种族和族裔的男性及女性均可受到结肠癌的影响，平均每 24 人中便有大约一人会在有生之年罹患结肠癌*。结肠镜检查可以做到早期发现，从而预防结肠癌的形成。

结肠镜检查程序是能在筛查过程中真正做到预防结肠癌的唯一筛查方法。这是因为在结肠镜检查过程中，医疗保健提供者可以切除息肉，以预防其后续癌变的可能性。息肉是若不加以处理，后续可能发展成癌症的小块增生组织。结肠镜检查程序需用大约 30 分钟，属于门诊手术，意味着您当天即可回家。

如何为筛查性结肠镜检查做准备

这本以 Sandra 为主角的插图故事，其制作初衷就是帮助您为接受结肠镜检查做好准备。Sandra 是去年在纽约市接受筛查的数千人中的一员。通过阅读 Sandra 的故事，您会了解到：

- 做结肠镜检查的原因
- 如何为结肠镜检查做准备，包括肠道准备（过程中需要口服药液或药片）的相关信息
- 结肠镜检查之前及之后事项有哪些

这本插图故事的最后一页包含更多信息和工具，可用来帮助您做好准备，其中还包括一份可在下次面见医疗保健提供者时带去提问的问题清单。

要了解更多信息，请访问 nyc.gov/health/coloncancer。如需阅读其他筛查相关故事，请点击 **Mark's Decision**（马克的决定）和 **How to Do an At-Home Colon Cancer Test**（如何进行居家结肠癌检测）。

* 基于国家癌症研究所 Surveillance, Epidemiology, and End Results (SEER) Program（监测、流行病学及最终结果 (SEER) 专案）2017-2019 年数据。如需详细信息，请访问 seer.cancer.gov/statfacts/html/colorect.html。

结肠镜检查前三天

在商店

食品采购清单

- 苹果汁
- 椰汁
- 姜汁汽水
- 运动饮料
- 茶
- 咖啡
- 鸡汤

*不能有任何红色、
蓝色或紫色的东西

让我看看.....为了我的
结肠镜检查，该准备什
么？护士说不能吃红色、
紫色或蓝色的食物或饮
料。任何能让肠道内看似
有血的东西，都不能吃。

如果不清澈透明，
我就不能吃。苹果
汁应该没问题。

.....现在去拿肠
道准备液.....



哇.....那么
大一桶，是
肠道准备
液吗？

是的。它会清洗
您的结肠，也就
是您的大肠。

这种调味剂会
让它的味道更
好一些。



检查会是怎样的
呢？**AARON** 之前做
过一次。也许他可
以告诉我.....





喂? 嗨,
SANDRA。
什么事?

嗨, **AARON**。你不是不久前刚做过结肠癌筛查吗?

是啊。结肠镜检查没有那么糟糕。不用担心检查程序。肠道准备才是最难的部分。

为什么这么说?

要喝的液体太多了。
然后我在好几个小时内, 不得不频繁上厕所。我跑了足有
15 次 50 米冲刺.....



哇.....真不知道肠道
准备还这么有挑战。

你可以从导航员那
里获得更多信息。
他们给了你名片，
对吗？给他们打个
电话！

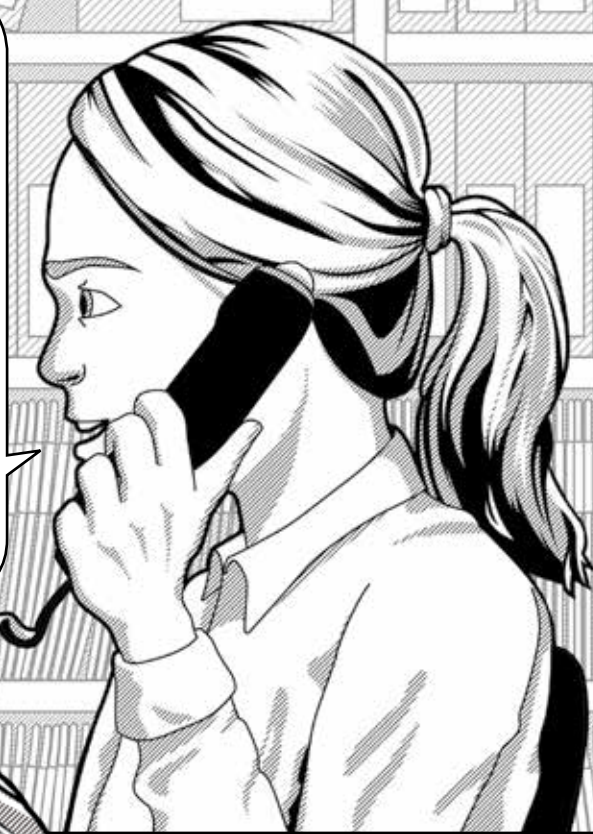
我现在就打。
谢谢你，**AARON**！

Katie Smith
结肠镜检查导航员

电话：555-536-7689

电子邮件：
katie.smith@cp.co

您好，我是 **SANDRA**。我过几
天要做结肠镜检查，想详细了解
一下做准备方面的信息。

A black and white illustration of a woman with blonde hair tied in a ponytail, wearing a light-colored button-down shirt. She is holding a black telephone receiver to her ear with her right hand. The background shows a bookshelf filled with books.

当然，我可以逐个步骤地解释检查流程。过程比较简单，需要记住三个主要事项：

1. 前一天的饮食只能是清澈透明的液体。
2. 喝完所有的肠道准备液。
3. 要有人接您回家。

A black and white illustration of a man with dark hair, wearing a striped shirt. He is holding a telephone receiver to his ear with his left hand. His expression is one of surprise or concern, with wide eyes and an open mouth. The background is plain.

被告知自己一整天不能吃固体食物时，
您的表情是这样。

结肠镜检查前两天

A black and white comic illustration. In the upper panel, a woman with short hair is shown in profile, looking up at a shelf in a kitchen. A thought bubble above her head contains text. In the lower panel, a close-up of a kitchen counter shows various items: a large bottle of liquid, a box of tablets, and a container with two small cups. A second thought bubble is next to this panel.

我得整理一下我
要吃的流食。
看看咱们有
什么……

好的……
我能做到的。



您好，我是
SANDRA。

您好，**SANDRA!**
您有什么问题吗？

明天只吃清澈透明的
液体食物，对吗？

对。还有，温馨
提醒一下，关于
药物.....

是的，我的医疗保健提
供者解释了哪些药物可
以服用，哪些不可以。





我明天需要你们
多担待，因为要
做结肠癌筛查。

别担心，
SANDRA。
一定会让你先
去上厕所。

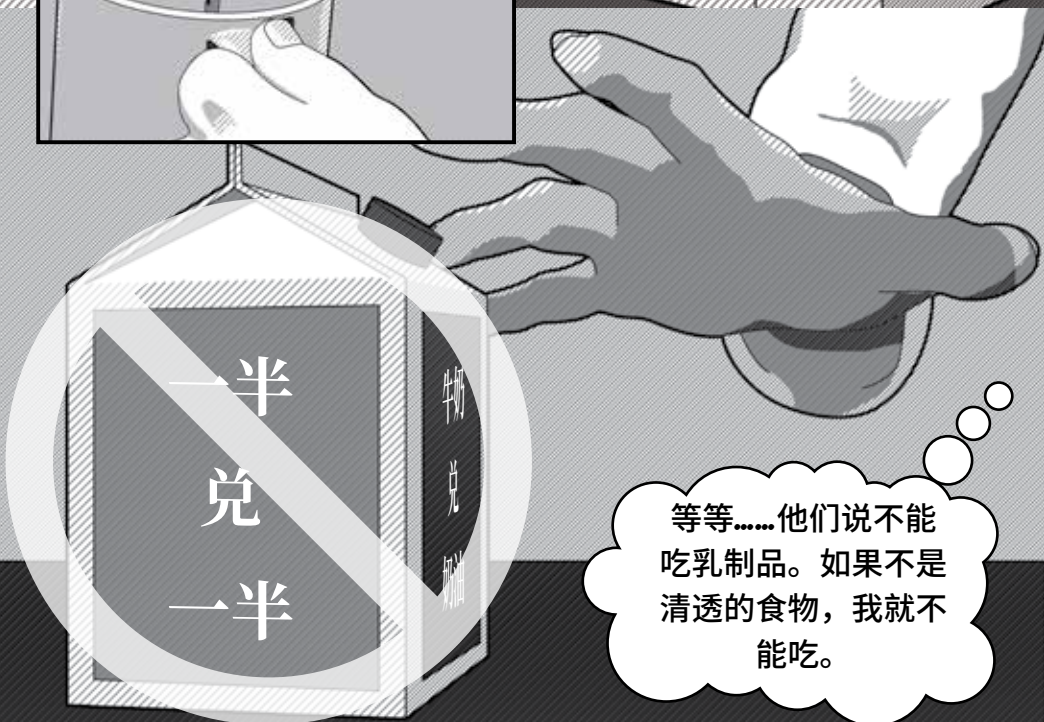
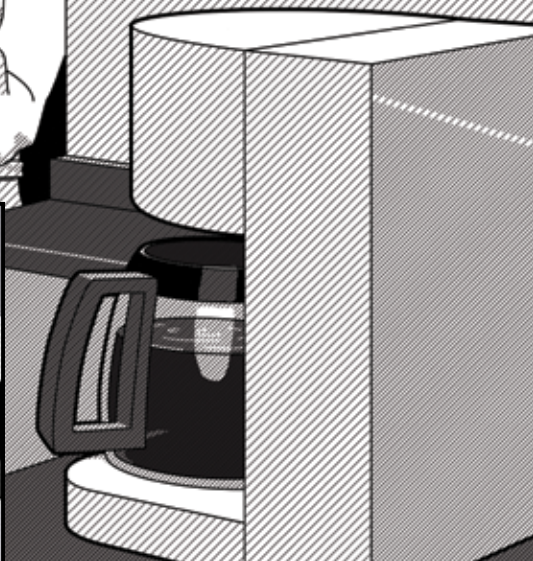
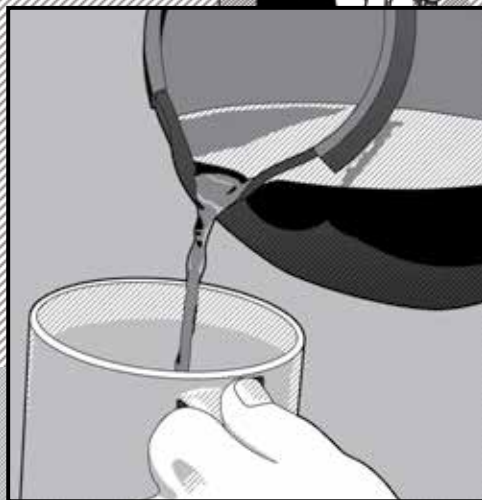
我们不会在你面
前吃东西，而且
我会陪着你！

你们最好了。

叹气.....希望我没有癌症。癌症筛
查还蛮辛苦的，但我想保护自己的健康。
也许好好睡一觉会让我排除杂念.....

结肠镜检查前一天

第二天一早



当天稍后，午餐时间.....

尽情享用吧！

我们和你吃一样的东西！

谢谢你们。没有你们我做不到。

你还好吗？你一整天都没有吃固体食物。

我感觉很好。这些也够了。



所以，我只需把
水加入肠道准
备液.....



然后再加点调料，
让味道好一些.....



你会都喝了吗？



先喝掉一半，剩下一半
明天早上喝。



SANDRA, 你给家人
做了个好榜样。

我记得你告诉过我，
你爷爷得过癌症。

是的，他得过。这也是激励我
做筛查的原因。发现病灶宜早
不宜迟。

你儿子也应该尽快
进行筛查。他最近
刚满 45 岁。

啊！该“50 米冲刺
上厕所”了……



这种情况会发生
多少次？

十次，也许更多。你爸爸
做结肠镜检查时也这样。

爸爸做过结肠镜
检查？呃...



结肠镜检查当天



我得把剩下的肠道准备液喝完。





准备好做结肠镜检查了吗，亲爱的？



当然！别忘了——
没人接我的话，他们不会
放我回家！



别担心。我会去接你的！
然后你可以告诉我
是什么感觉。

在接待柜台.....

欢迎！好的，有三件事需要确认：首先，您是来做结肠镜检查的，对吗？

是的。

第二，今天早上您吃喝过任何东西吗？

最后一次喝下肠道准备液是在早上 5 点，之后什么都没吃。

好极了。第三，有没有人接您回家？

是的。我丈夫。

很好。医生准备好见您时，我会通知您！





我们会在这里看到
您的结肠影像。

肠道准备液喝
得怎么样？

我全部喝完了，昨天只喝了透明的
液体。我感到身体已经清空了。

很好。现在，这些镇静剂会让您小睡一
会儿，因此您可能不会记得后面的检查
过程。准备好开始检查了吗？

准备好了。

候诊室内.....

嘿！全部做完了！

感觉怎么样？

如释重负！不过我有点饿了。



嘿，**SANDRA**！
看起来您的检查一切顺利。我只是想提醒您，要等一下拿您的影像结果。大约只需要一个小时。

还有，不要忘了：
今天不能喝酒。今晚也不要安排什么大活动！
就是好好休息。



感谢您的帮助！很高兴我做了这个检查。
为自己的健康投资感觉很棒。

她看起来状态不错。
也许我也应该做一下检查……

结肠镜检查过后

现在想做点有趣的事吗？去购物？

今天不行。
不能有大活动，记得吗？

哦，对……那么，
检查做的怎样？

很好。护士说他们拍到了我整个结肠的影像。从头到尾。

他们看到了什么？

没有可能癌变的息肉或肿块。

天啊，我
好饿……

SANDRA，今晚我
做你最喜欢的
菜吧！

谢谢！我等不
及了！

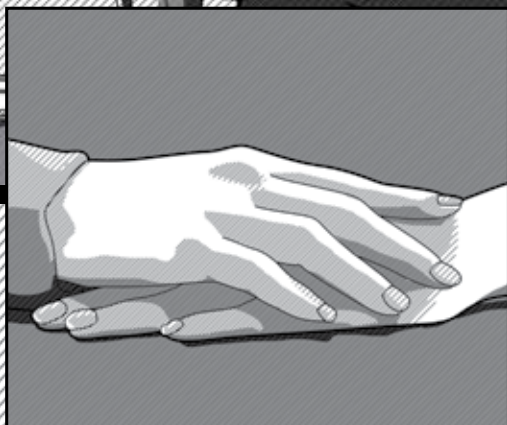
这一切努力都太
值得了。





我们以你为骄傲，**SANDRA**！

也许我也该做一下结肠癌检查？



现在……你呢？

可向您的医疗保健提供者提出的问题

1. 做结肠镜检查之前，我需要做怎样的肠道准备？
2. 除肠道准备外，我还需要服用其他什么药物？
3. 在检查前，我是否需要停止服用任何药物？
4. 为了准备结肠镜检查，我需要从工作中请假多长时间？
5. 结肠镜检查过程中，我会接受哪种镇静剂？
6. 结肠镜检查需要多长时间？
7. 如果发现息肉，怎么办？
8. 我需要多久做一次结肠镜检查？
9. 我的家人中，还有谁需要接受筛查？
10. 结肠镜检查之后，如果我感觉不舒服，该怎么办？

致谢

顾问：

Maryse Georges, MPH

Richard Rosenberg, MD, 纽约-长老会医院 (New York-Presbyterian)

Elizabeth Tedrow, MPH

Benjamin Tsang, 艺术家

