

Bowel Preparation for Colonoscopy

장 내시경을 위한 대장 준비 사항

It is very important for your bowels to be clean and empty before your colonoscopy. A few days before your colonoscopy procedure you will need to purchase your bowel prep solution from any pharmacy.

환자분의 장이 내시경 검사 전에 깨끗하고 비어있는 것이 매우 중요합니다. 대장 내시경 검사 전에 약국에서 장 준비 솔루션을 구입하셔야 합니다.

You will need to buy 1 box of **PICOSALAX**. The box contains 2 sachets of bowel prep solution, which you will need to consume both.

한번에 하나씩 드실, 2 봉지를 포함하고 있는 **PICOSALAX** 1 상자를 구입 하셔야 합니다.

7 DAYS BEFORE THE PROCEDURE: 검사 일주일 전

1. Make sure you arrange for someone to accompany you home after the procedure. You must not drive or go home alone as you may still feel drowsy after the procedure.

검사 후 환자분을 택으로 안전하게 모시고 갈 수 있는 보호자를 섭외하셔야 합니다. 시술 후 여전히 졸음을 느낄 수 있기 때문에 환자분은 절대로 운전을 하실 수도 혼자서 택으로 가실 수도 없습니다.

2. If you are taking: **ASPRIN, ANTI- INFLAMMATORY MEDICATION** and **IRON MEDICATION, PLEASE STOP ONE WEEK BEFORE THE PROCEDURE. BLOOD THINNING MEDICATIONS** such as **WAFARIN or PLAVIX**, need to be discussed with your doctor.

환자분께서 **아스피린, 소염제나 철분 약을 복용**하시는 경우는, **검사 일주일 전에 한 주 동안 복용을 멈추셔야 합니다. 와파린 또는 플라빅스 등의 혈액을 묽게 하는 약을 복용**하시는 분은 의사 선생님과 상의 하셔야 합니다.

3. If you need to cancel your appointment for whatever reason, please ring the surgery at least one week before your appointment.

환자분께서 어떤 이유로 내시경 검사를 취소하실 경우, 검사 1 주일 전 미리 연락을 주시기 바랍니다.

2 DAYS BEFORE THE PROCEDURE: 검사 2일 전

1. **DRINK at least 2 LITRES of WATER throughout the day.**

하루 종일 물을 적어도 2 리터 이상을 마시길 권장합니다.

2. **DO NOT: 드시지 말아야 할 음식**

Solid food, Seeds, nuts, whole grains, brown bread, red meat, cereals, yellow cheese and fruit/vegetables.

딱딱한 음식, 씨앗, 견과류, 전체곡물, 갈색 빵, 육류, 곡물, 노란 치즈와 과일/야채.

- DO: 드셔도 되는 음식**

Boiled/poached eggs, cottage cheese, low fat plain yoghurt, white bread, steamed white fish, boiled chicken, cooked and peeled pumpkin and potato.

삶은/ 반숙 계란, 코티지 치즈, 저지방 플레인 요구르트, 흰 빵, 찐 흰살 생선, 삶은 닭, 요리 및 껍질을 벗겨낸 호박이나 감자.

1 DAY BEFORE THE PROCEDURE: 검사 하루 전날

1. Start a **CLEAR LIQUID DIET.** 투명한 액체 다이어트를 시작하세요.

This means that fluids that are not cloudy. A clear liquid diet may include:

- Apple, white grape juices
- Tea, coffee **WITHOUT** milk.
- Gatorade, Powerade (**NOT** red or purple): Sports drinks are encouraged as they help keep you well hydrated.
- Ginger Ale: helps reduce any nausea which you may experience.

투명한 액체 다이어트란 물과 같이 투명한 음료수 이외에는 다른 음식은 먹지 않는 것을 말합니다. 투명한 액체에는 다음과 같은 것이 있습니다:

- 사과 주스나 청포도 주스
- 차/ 우유가 들어있지 않은 커피
- 게토레이/ 파워레이드 (붉은색이나 보라색이 아닌): 스포츠 음료는 우리 몸에 수분을 유지하는데 도움을 주므로 권장합니다.
- 진저 에일: 혹시나 생길 수 있는 구역질을 줄여 줍니다.

2. Please **AVOID**: 다음과 같은 음료수는 **피하십시오**.

- Juices with pulp
 - Milk or milk products
- 과육이 들어가 있는 주스/ 우유나 유제품들

PICO SALAX PREPARATION:**피코살렉스 복용방법**

FIRST DOSE: 21:00 pm (night before procedure) 첫 번째 복용: 저녁 9시 (시술 전날)

1. Fill a glass with 150ml of cold water.

컵에 차가운 물을 150mL 채웁니다.

2. Empty the contents of one sachet into the glass.



150mL의 물을 채운 컵에 한 봉지의 약을 넣습니다.

3. Stir for 2-3 minutes. If the milky solution becomes warm, allow sufficient time for it to cool before drinking.

2-3분 동안 잘 저어 줍니다. 약이 우유 빛을 띠며 따뜻해지면 식은 후 복용하시면 됩니다.

4. **MUST** drink at least 1 LITRE of WATER or CLEAR LIQUIDS following each sachet. A good rule of thumb is to drink a 250ml glass of clear liquid AT REGULAR INTERVALS after each PICOSALAX dose.

약을 복용하신 후에는 반드시 2L 이상의 물 또는 투명한 액체 음료를 드셔야 합니다.

좋은 방법은 각각의 약을 복용하신 후에 250mL량의 물 또는 투명한 액체를 일정한 시간 간격으로 마시는 것입니다.

SECOND DOSE: 6 hours before procedure 두 번째 복용: 시술 6시간 전 (시술 당일)

1. REPEAT the **FIRST DOSE** instruction.

첫 번째 복용방법과 똑같이 복용하세요.

2. Continue DRINKING the approved clear fluids (**at least 2 LITRES**).

계속해서 투명한 음료를 1리터 이상 드셔야 합니다.

NOTE: Remain close to a toilet. You will have frequent diarrhoea-type bowel movements.

화장실에 가까이 계시길 바랍니다. 환자분께서는 빈번한 설사 형 배변을 하실 겁니다.

ON THE DAY OF THE PROCEDURE:**검사 당일**

1. Please **DO NOT** to eat or drink. **NOT EVEN WATER** at least **4** Hours before procedure.
(Otherwise you may be postponed or cancelled.)

시술 하기 적어도 4시간 전에는 **음식뿐만 아니라 조금의 물 조차도 드시면 안됩니다.**
(그렇지 않으면 환자분의 검사는 연기되거나 취소될 수 있습니다.)

2. Wear loose, comfortable clothing – something that is easy to put on/take off. Please **AVOID** applying **LIPSTICK**, wearing **NAIL POLISH** and **LONG ACRYLIC NAILS** and also please **DO NOT** bring any **valuables** as we will not be responsible for any items missing.

편안한 복장으로 오시기 바랍니다. 특히 립스틱, 손톱칼라 그리고 길고 두꺼운 아크릴릭 손톱은 정리하고 오시길 바랍니다. **귀중품 또한 가져오지 않으시기를 바랍니다.** 저희 병원에서 잃어버린 물품에 대해서는 책임지지 않습니다.

2. **Make sure you have SOMEONE to accompany you home. You will NOT be allowed to drive yourself home.**

환자분을 택으로 모시고 갈 분께서 반드시 계셔야 합니다. **환자분께서는 운전을 하실 수 없습니다.**

3. If you are taking any **diabetic medications**, **DO NOT** take them until after the procedure. You may want to bring those medications on the day so that you can take them right after the procedure.

환자분께서 어떤 **당뇨 약**을 복용하시는 경우, 검사가 끝나기 전까지 복용하지 마시고 검사 후 바로 복용할 수 있도록 약을 가지고 오실 수 있습니다.

4. Please let us know if you are **allergic to any medications** or if you have had any reactions to **PROPOFOL** or **MIDAZOLAM**.

만약 **약에** 관련한 알러지가 있거나 특히 **프로포폴** 또는 **미다졸람**에 반응을 하셨던 분은 저희에게 알려주시기 바랍니다.

AFTER THE PROCEDURE:**검사가 끝난 후에**

1. You will be given instructions on how to care for yourself after your colonoscopy for when you get home.

환자분께서 내시경 검사 후 택으로 돌아가실 때 자신을 돌보는 방법에 대한 지침을 받게 되십니다.

2. You **MUST HAVE ANOTHER ADULT drive or take you home**, (even if you are to go home by taxi or bus), otherwise your colonoscopy may be cancelled.

환자분께서 택으로 돌아가실 때 반드시 운전을 해 주시거나 함께 가실 분이 있어야 합니다.
(대중교통을 이용해서 가신다 하더라도), 그렇지 않으면 내시경 검사는 취소 될 수도 있습니다.

3. Since you will be under sedation, you **MUST NOT DRIVE or RIDE on a motorcycle**, **OPERATE** machinery, **MAKE** major or legal decisions or **USE** Public transport **UNACCOMPANIED** for the next 24 hours after the procedure.

환자분은 수면마취 이후 24시간 동안은 차를 운전하거나, 오토바이를 타시거나,
기계를 작동하시거나 중요한 법적 결정을 하시면 안됩니다. 대중교통을 이용하실
때에도 보호자와 함께 하셔야 합니다.

4. You may experience bloating after the procedure due to the air being used during the procedure. Burping, walking, lying on your left side, or passing flatus should help relieve this discomfort.

환자분께서는 검사 후 복부 팽만감을 느끼실 수 있습니다. 트림을 하시거나
걸으시거나 환자분의 왼쪽으로 누우시거나 또는 방귀를 뀌시면 불편을 완화
시키는데 도움이 될 겁니다.