



肠道准备：药物选择与实用建议

资料核对日期：2026-10-22

按您的预约说明准备

我通常使用标准Glycoprep。对许多人来说，标准疗程约需3至4升调配好的溶液，具体取决于所给的小袋数量和预约方案。具体产品、用量、配水比例和时间需按个人情况及预约安排调整。请使用本次预约的说明，不要自行减少配水量或增加泻药。有便秘、以前清肠不充分、肾病、心脏病、糖尿病或限水要求，请提前告知我们的内镜团队。

清肠药之前

通常先短期低渣饮食，按说明避免全谷物、坚果和种子。有些方案加用比沙可啶，只在预约说明包含时服用。清肠药常分次完成，按本次预约的时间安排。

有哪些选择？

我通常先使用标准Glycoprep。如果适合采用较低容量的替代方案，我一般会优先考虑Plenvu（标准疗程含1升药液，仍需额外清流质）。Moviprep、PicoPrep和组合套装可供部分人选择，但各自的补液要求和安全注意事项不同。更换产品前请先联系我们。

怎样更容易喝下去？

按准确比例配好后，如产品允许可冷藏，并试用吸管。按说明的速度饮用。轻微恶心或腹胀时可以短暂休息或放慢速度，但必须遵守用药安排和停止饮水的时间。严重恶心时，止吐药可能对部分人有帮助，请提前与团队讨论是否适合及服用时间。

补水和舒适措施

按个人方案选择水、清汤、无果肉果汁或允许的电解质饮品等不同清流质。避免红色或紫色饮品、牛奶及奶昔。糖尿病或限水者应遵循个别方案。留在厕所附近，肛周涂少量凡士林等保护膏并轻柔清洁。即使排出液已清，仍须完成处方疗程，除非团队另有指示。

何时联系我们？

如果以前准备困难、想讨论替代方案，或无法完成药液、反复呕吐、喝不进液体、明显头晕、尿量很少或接近疗程结束仍有固体粪便，请联系内镜团队。血液稀释药等常用药物是否暂停及何时恢复，应有个别说明。严重或加重腹痛、明显腹胀伴呕吐、昏厥或意识不清需紧急评估。昏倒、严重呼吸困难或无法安全就医请拨111。





为什么有的人需要3升、4升或6升清肠药液？

用量取决于产品和肠道排空情况。标准PEG清肠方案常用3或4升配好的药液。对于以前清肠效果不佳或明显便秘的部分患者，医生可能安排更长的疗程或更大的用量，例如6升。减慢肠道活动的药物也会影响方案。用量不是越多越好，还要考虑服药时间、饮食、耐受情况、心肾疾病及限水要求，不能自行加量或加用泻药。请分清说明中的升数是清肠药液量，还是包括额外清流质在内的总饮用量。低容量产品也需要额外补充清流质。按本次预约说明使用指定产品、袋数和配水量，不要为了少喝而减少配水。

清肠后排出什么样的液体才算接近目标？

目标是排出可以看透、没有固体碎块的水样液体。即使提前变清，除非医疗团队另有指示，也要完成规定的清肠疗程。遵守停止饮水的时间，不要自行加用泻药。



示意图。液体不必完全无色；仅凭外观不能确认整个结肠已清洁干净。

如果不确定是否已经清洁干净怎么办？

如果无法完成药液、反复呕吐、几乎没有排便，或完成疗程后仍排出浓稠棕色液体或粪块，请拨打预约信上的内镜机构电话。若已经出现困难，尽量在机构下班前联系。如果您不确定清肠是否充分，又无法联系到任何人（例如预约在清晨），请按预约时间到场并告知团队。团队会评估能否进行检查；如果时间允许，也可能提供额外清肠措施，例如灌肠或进一步的清肠药物。如果身体不适，不要只等到预约时间。严重或加重腹痛、腹部明显胀大伴呕吐、昏厥或意识不清，需要紧急就医。紧急情况请拨111。

[阅读全文与参考资料](#)

