

## 聰明選、規律做、健康老、定期檢查不能少 | 健康管理中心系列介紹-4 檢查前注意事項

一般來說健康檢查前之注意事項會依據檢查內容差異而有所不同，一般來說僅需於檢查前一晚 12:00 開始禁食即可，因仍有部分檢查項目需在空腹的情形下進行，例如：腹部超音波及抽血...等。但部分特殊檢查項目則需依實際狀況而定，詳見下方說明：

### 上、下消化道內視鏡檢查

根據衛生福利部的最新統計，癌症是國人十大死亡原因之首位，其中大腸直腸癌更是名列前茅，內視鏡檢查是早期發現這些腫瘤的利器。大腸癌的癌前病變，即是指「大腸腺瘤」或是所謂的「腺瘤性大腸息肉」，大腸息肉在 5 到 10 年後，部分可能演變成大腸癌。下消化道內視鏡檢查即俗稱的大腸鏡，除可以診斷大腸直腸癌以外，切除檢查當中所發現之腺瘤性息肉可降低大腸癌風險達 80%。大腸癌檢查之前的清腸準備良窳直接影響大腸腫瘤的偵測度，不適當的清腸準備影響檢查及診斷至鉅，因此希望能配合下列注意事項。

1. 檢查前三天開始低渣飲食-低渣飲食是減少食物經消化後在腸胃道留下殘渣的一種飲食，在腸鏡檢查之前使用低渣飲食，將可以使清腸藥的效果大增，以避免病灶因為糞便覆蓋而無法仔細觀察，同時也會讓腸鏡的檢查過程更為順利。
2. 受檢前日晚間 12 點以後請禁食、禁水（除清腸藥物外）。

3. 受檢日當天清晨 3 點開始喝清腸藥 2000c.c.，5 點喝完並開始「禁食」。

- 請將藥粉以 2000c.c.的溫開水泡開，30 分鐘內喝完第一個 1000c.c.，若有困難者可延至 1 小時內喝完。
- 接下來的第二個 1000c.c.於上午 5 點前喝完。通常於服藥後一小時內即會開始腹瀉，直到馬桶內呈現透明黃色狀，即代表清腸完成。
- 最佳檢查時間為清腸後 6~10 小時。
- 當天可能接受息肉切片、切除，一週內請勿安排出國行程。

Q&A.不能「前一天」喝清腸瀉劑嗎？

根據本中心 2008 年 8 月至 2009 年 7 月健檢人次共 6,270 人，統計結果顯示喝藥時間對清腸準備程度之影響，發現「當天」喝藥者腺瘤偵測率較佳。

清腸狀況比較表。

<u>喝藥時間</u>	當天清腸 <sup>↓</sup>	前晚清腸
清腸狀況 <sup>↙</sup>	(3,040 人)	(3,230 人)
良好人數 (%)	2,739 人 (90.1%)	794 人 (24.6%)
不良人數 (%)	301 人 (9.9%)	2,436 人 (75.4%)

說明：腸鏡檢查選擇當天清腸的顧客發現小於 1 公分之高風險腺瘤（含腺瘤）偵測率為 0.008，較前晚清腸顧客之偵測率 0.003 高。

## 電腦斷層心臟冠狀動脈血管攝影

- 檢查前一日避免飲用刺激性飲品
- 由於檢查過程中會施打顯影劑，因此檢查前會先檢測腎功能狀況，檢查後請記得多喝水。

由於健康檢查只是一種了解目前身體狀況的一種方式，但畢竟檢查仍有其一定的風險存在，因此仍需配合目前身體狀況是否合適才能進行檢查，以下便是針對特定檢查所列之不適合檢查時機：

### 不建議進行內視鏡檢查之時機

為維護檢查之安全性，建議有下列情形時，暫時不要接受內視鏡檢查，待病況穩定或經診療醫師評估後，再另行安排。

1. 三個月內接受重大手術者。
2. 六個月內接受腹部手術者。
3. 疑似懷孕者，或懷孕期間者。
4. 無法配合左側躺者。（因檢查需要，須維持左側躺約 20 ~ 30 分鐘）
5. 罹患有下列心肺疾病者
  - 三個月內，有發生心絞痛、胸痛、胸悶或急性心肌梗塞。
  - 一年內曾接受心臟導管治療或繞道手術。
  - 心電圖呈現急性心肌梗塞或其他重大異常之不穩定狀態。

- 血壓大於 180/100 mmHg。
- 有劇烈咳嗽、正值氣喘發作期間或肺功能不佳者。
- 6. 非醫療必要，大於 85 歲以上之長者。
- 7. 不適合停用抗凝血劑或抗血小板藥物者。
- 8. 有藥物或酒精成癮、意識不清無法配合者或牙齒晃動者。
- 9. 其他重大系統疾病，例如：未矯治的凝血功能異常者，半年內有肺栓塞或腦血管梗塞者（若罹患重大疾病，應事先告知）。

此外，如有發燒之情形，也不適合接受健康檢查，應立即至門診治療。若患有罕見疾病，或正接受慢性病藥物治療（除高血壓、糖尿病除外），為確保健檢符合受檢者的需求，也建議事先與醫療人員討論適合的檢查項目或套裝。

除了先進的醫療儀器設備外，專業的主治醫師群及其醫療團隊，再加上受檢者的配合，如此才能讓健康檢查達到最大的價值。