


# 大腸鏡檢前 **飲食** 控制說明

※若您為便秘或特殊體質者，鏡檢前的飲食宜更加慎重，可諮詢專業人員，以確保清腸效果。

大腸鏡檢查請配合遵照醫囑，限用低渣或無渣飲食，以降低糞便體積，確保腸道淨空，提升鏡檢品質



**禁止** 蔬菜、水果、油炸物、豆漿、奶製品、米漿、燕麥片及五穀粉

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">/ 檢查前三天</p>	<p><input type="checkbox"/> 選用低渣專用代餐</p> <p>• 建議食用下列食物</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  白稀飯         </div> <div style="text-align: center;">  白麵條、白麵線         </div> <div style="text-align: center;">  白吐司         </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  白饅頭         </div> <div style="text-align: center;">  蒸蛋(無加料)         </div> <div style="text-align: center;">  嫩豆腐         </div> </div>	<p><input type="checkbox"/> 自主飲食控制</p> <p>• 只可食用下列食物</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  白稀飯         </div> <div style="text-align: center;">  白麵條、白麵線         </div> <div style="text-align: center;">  白吐司         </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  白饅頭         </div> <div style="text-align: center;">  蒸蛋(無加料)         </div> <div style="text-align: center;">  嫩豆腐         </div> </div>
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">/ 檢查前一天</p> <p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright; color: red;">中午十二點後</p>	<p>• 專業低渣配方，嚴謹調製，只須於檢查前一天食用</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  檢易餐點 檢易餐點         </div> <div style="text-align: center;">  舒可淨 好客成雙粥 舒可淨 低渣素餐組         </div> <div style="text-align: center;">  味增湯出物         </div> </div>	<p>• 只可食用無渣流質飲食</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  運動飲料 + 白開水1:1         </div> <div style="text-align: center;">  澄清菜湯 (菜不能吃)         </div> </div>

食用時間：檢查前一天

<p>☀️</p> <p>早上7:00</p> <p><b>早餐</b></p> <p>隔水加熱或微波</p> <p>黃瓜豆皮粥</p> 	<p>☀️</p> <p>中午12:00</p> <p><b>午餐</b></p> <p>沸水沖泡</p> <p>味增湯米粉</p> 	<p>🌙</p> <p>傍晚4:00</p> <p><b>晚餐</b></p> <p>隔水加熱或微波</p> <p>醬燒豆腐粥</p> 
---	--	---

粥品食用方法

- 熱水或電鍋加熱法 
- 微波爐加熱法 
- 亦可直接食用而不需加熱

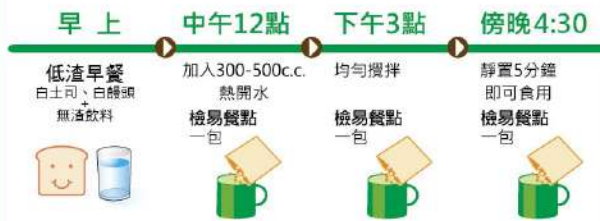
米粉食用方法

- 1 將沸水倒入米粉中沖泡2分鐘後，倒掉湯水
- 2 加入味增粉包
- 3 倒入200 250c.c.沸水沖泡
- 4 蓋上碗蓋，靜置約5分鐘
- 5 均勻攪拌後即可享用



😊 安心輕鬆

只需於鏡檢前食用，即可減少自行準備的困擾，輕鬆完成清腸準備，確保檢查清晰順利。



清腸衛教動畫

清腸用藥提醒APP



國語版V3

台語版V3

Android

iOS

~ 台北慈濟預防醫學中心 關心您 ~

電話：(02)66289779 分機3851、3852或(02)6629-8009  
 藥品公司諮詢專線：0800-060-689 (17:00 ~ 隔天早上8:00及例假日)  
 手機請改撥付費電話：0905-217086(早上09:00-晚上18:00)  
 0910-060376(晚上18:00-早上09:00)