

## 無渣流質飲食



無渣飲料/無渣果汁



粥湯/肉湯/魚湯/菜湯



運動飲料

## 不可進食飲食



奶類製品



起司



蔬菜水果



高纖豆漿

## 自我評量(是非題)

- ( ) 1. 清腸道藥物服用後，需補充共約2000ml水分，可以選擇白開水、運動飲料、蜂蜜水、冬瓜茶、椰子汁、汽水等無渣飲料。
- ( ) 2. 低渣食物的選擇中，可以喝豆漿或鮮奶。

請寫下您的問題：

---

參考資料：

台灣營養學會臨床營養委員會(2006)·臨床營養工作手冊·行政院衛生福利部。

馮容莊、葉月珍、呂美芬、湯玉英、祁安美、林麗珠、李惠玲、潘婉琳、陳淑貞、田聖芳、張芳維、趙興隆、任士熙、張碧芬(2019)·實用婦科護理(六版)·華杏。

保可淨散劑清腸準備說明(2017)·天義企業股份有限公司。

制定日期：2001年12月

修訂日期：2021年2月(第九版)

編碼：5736-單張-中文-067-09

題號	1	2
解答	O	X

# 婦科手術前 飲食指導



護理部製作

諮詢專線：(04)7256652

諮詢專線服務時間：

週一到週六 上午8：00-12：00

週一到週五 下午1：30- 5：30

諮詢專線(夜)：(04)7238595轉3492

讚美專線：(04)7238595轉3920

抱怨專線：(04)7238595轉3925

網址：[//www.cch.org.tw/knowledge/knowledge.aspx](http://www.cch.org.tw/knowledge/knowledge.aspx)

衛教天地



彰化基督教醫療財團法人

彰化基督教醫院

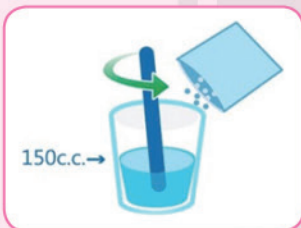
CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

## 一、什麼是低渣飲食？

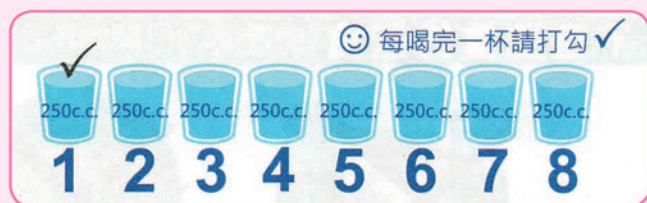
減少食物經消化道後，在胃腸道留下殘渣的一種飲食，每日粗纖維攝取量約5公克以下(粗纖維泛指不能消化的纖維，例如：植物的纖維、青菜的纖維質、動物的筋膠、牛腱、牛奶等等)。

## 二、清腸道藥物服用說明：

1. 杯子先加入150 ml常溫冷開水。
2. 倒入1包【保可淨】攪拌至少5分鐘。  
完全溶解後，即刻喝完(溶解過程，溫度會略微上升，屬於正常現象)。



3. 服藥30分鐘後，每間隔30分鐘補充250ml開水至少8次，共約2000ml。



4. 需補充共約2000ml水分，可以選擇白開水、運動飲料、蜂蜜水、冬瓜茶、椰子汁、汽水、粥湯、肉湯、魚湯等無渣飲料或清湯(忌：牛奶或豆漿)。
5. 服藥後約2小時左右開始有排便情形，作用時間約3小時，請陸續多補充運動飲料，避免因排便多次造成脫水。
6. 因個人體質因素、或有習慣性便秘者，排便作用時間可能延後，若喝完2小時後仍未有排便現象，可增加水分補充，以及增加一些緩和運動，如多走動、按摩腹部或上廁所嘗試排便，以加速腸胃道蠕動及排便。

晚上12點之後禁食，  
不可再喝水及進食任何食物。

## 三、手術前一晚低渣飲食原則及食物選擇：

以均衡飲食為基礎，低渣食物選擇如下表，亦可洽詢護理人員訂院內營養部餐點。

### 低渣飲食



白稀飯



白吐司



白麵線



白饅頭



去皮的魚肉



蒸蛋(無加料)



香蕉



木瓜



冬瓜



蘿蔔泥