

Radiojodihoito 10 mCi (alle 400MBq)

Sinulle on varattu aika isotooppiosastolle ____/____20____ klo _____

Periaate:

Radiojodihoito annetaan suun kautta kapselina. Osa Radioaktiivisesta jodista kulkeutuu kilpirauhaseen, jossa sen lähettämä säteily tuhoaa osan kilpirauhaskudoksesta. Tämän tarkoituksena on vähentää kilpirauhasen toimintaa. Hoitoa voidaan käyttää myös suurentuneen kilpirauhasen koon pienentämiseen.

Esivalmistelut:

- Sinun pitää olla syömättä neljä (4) tuntia ennen hoidon antamista ja kaksi (2) tuntia hoidon saamisen jälkeen.
- Eräät ruokalajit ja lääkeaineet voivat vaikuttaa häiritsevästi jodin kulkeutumiseen kilpirauhaskudokseen. Sinun on kahden viikon ajan ennen hoitoa ja neljä (4) päivää hoidon jälkeen noudatettava vähäjodista ruokavaliota, katso taulukko sivulta 3.
- Osa lääkkeistä, yskänlääkkeistä, voiteista, vitamiinivalmisteista ja luontaistuotteista voi sisältää runsaitakin määriä jodia. Jos käytät johonkin näistä ryhmistä kuuluvia tuotteita, tarkista tuoteselosteesta, sisältääkö se jodia. Jodia sisältäviä tuotteita tulee välttää taulukossa (sivu 3) olevan ohjeen mukaan.
- Röntgenvarjoainetutkimuksia ei saa tehdä tietyinä ajanjaksona ennen radiojodihoitoa, katso taulukko sivulta 3.
- Hoitoa ei anneta raskaana oleville eikä imettäville. Hedelmällisessä iässä olevien naisten tulee käydä raskaustestissä laboratoriossa (verikoe, virtsatesti ei ole riittävä) 3 päivää ennen hoitoa ja mahdollinen positiivinen raskaustestin tulos tulee ilmoittaa viipymättä isotooppiyksikköön.
- Kilpirauhaslääkityksessä (eli tyreostaatit ja kilpirauhashormonivalmisteet) pidetään taukoa hoitavan sisätautilääkärin antamien ohjeiden mukaan. Sivun 3 taulukossa olevat ohjeet kilpirauhaslääkityksestä ovat vain suuntaa antavia eivätkä sovellu kaikille potilaille sellaisenaan.

Hoidon antaminen ja toimintaohjeet:

Kapseli annetaan röntgenosastolla sijaitsevassa isotooppiyksikössä.

Ole syömättä kaksi (2) tuntia hoidon antamisen jälkeen. Kapselin saamisen jälkeen voit juoda kupillisen lämmintä juomaa kapselin liukenemisen tehostamiseksi.

Yleensä radiojodihoito ei aiheuta sivuvaikutuksia, kuten pahoinvointia. Jos oksennat muutaman tunnin sisällä hoidon antamisen jälkeen, pese likaantuneet vaatteet ja lattia runsaalla vedellä. Ota tässä tapauksessa myös yhteyttä isotooppiosastoon.

Juo ylimääräistä nestettä ja virtsaa usein ensimmäisen vuorokauden aikana hoidon antamisen jälkeen. Pese kätesi huolellisesti aina virtsaamisen jälkeen ja käytä tällöin mieluummin kertakäyttöpyyhkeitä. Mikäli virtsaa joutuu vuodevaatteisiin, pitää ne välittömästi huuhdella runsaalla vedellä sekä pestä erillään muusta pyykistä.

Ensimmäisten 9 päivän aikana sinun on rajoitettava oleskeluasi pienten lasten (alle 10v) ja raskaana olevien naisten lähellä (tarkoittaa alle 2 metrin etäisyyttä) yhteensä puoleen tuntiin päivässä. Tämä koskee tietysti myös lasten sylissä

pitämistä. Tänä aikana olisikin hyvä, jos joku muu hoitaisi alle 2-vuotiaita sylilapsia. Seuraavien 12 päivän ajan (päivät 9 - 21 hoidon jälkeen) oleskelua lähietäisyydellä on rajoitettava korkeintaan 3 tuntiin päivässä. Lastenhoitoalalla ja ruoanvalmistajina työskentelevät voivat tarvita sairauslomaa, jonka tarpeen hoitava lääkäri arvioi ja antaa tarvittavan todistuksen.

Matkalla sairaalasta kotiin voit käyttää yleistä kulkuneuvoa, jos matka-aika on maksimissaan yhden tunnin luokkaa.

Jos suunnittelet pian radiojodihoidon jälkeen ulkomaanmatkaa, pyydä todistus isotoopin hoitohenkilökunnalta.

Mikäli on epäselvyyttä kyseisten asioiden suhteen, voit soittaa isotooppiosastolle puh. 040 653 4221.

Ajanvaraus on peruttava viimeistään viikkoa ennen varattua aikaa. Peruuttamattomasta ajasta perimme kulloinkin voimassa olevan asiakasmaksulain mukaisen sakkomaksun, joka on ilmoitettu sairaalan nettisivuilla.

OHJE KILPIRAUHASEN RADIOJODIHOITON LIITTYVISTÄ LÄÄKETAUOISTA JA RUOKAVALIOSTA

Esivalmistelut (lääkitys, ravitsemus)	Tauolle ennen hoitoa tai kuvausta
Tyreostaatit eli kilpirauhasen toimintaa estävä lääke: Karbimatsoli (esim. Tyrazol) Propyyliotiourasiili (esim. Tiotil, Proracyl)	<u>Noudata hoitavan lääkärin ohjetta</u> 2 päivää 2-3 viikkoa
Kilpirauhashormonit: Tyroksiini (esim. Thyroxin, Thyrax) Trijodityroniini (esim. Liothyronin)	<u>Noudata hoitavan lääkärin ohjetta</u> Yleensä vastaava aika kuin kilpirauhasen toimintaa estävällä lääkityksellä eli 2 päivää tai 2-3 viikkoa. Jos sinulla ei ole tyreostaattia, ja hoidon tarkoitus on pienentää suurentunutta kilpirauhasta, niin tyroksiinia sisältävä lääkitys tauolle 4 viikkoa ja trijodityroniinia sisältä lääkitys 2 viikkoa ennen hoitoa.
Rytmihäiriölääke: Amiodaroni	3 kuukautta
Vähäjodinen ruokavalio	Aloitetaan 2 viikkoa ennen hoitoa ja jatketaan 4 päivää hoidon jälkeen: <ul style="list-style-type: none"> vältettävä kalan ja äyriäisten syömistä vältettävä kananmunan käyttöä maitovalmisteita korkeintaan 6 dl päivässä ja muutama siivu juustoa ruokasuolana jodioimaton suola (esim. Jozo® :lla on tuote, joka ei sisällä jodia)
Lääkeaineet voivat vaikuttaa häiritsevästi kilpirauhasen jodinottoon <ul style="list-style-type: none"> luontaistuotevalmisteet merilevävalmisteet (mm. Spirulina, Kelpasan, Kepamax) jodipitoiset lääkeaineet (esim. Betadine-valmisteet) monivitamiinivalmisteet (esim. Multivita) 	4-6 viikkoa
HUOM. Röntgenvarjoaineet <ul style="list-style-type: none"> suonensisäiset vesiliukoiset Jodia sisältävää suonensisäistä vesiliukoista röntgenvarjoainetta käytetään esimerkiksi: <ul style="list-style-type: none"> varjoainetehosteisissa tietokonetomografiatutkimuksissa sepelvaltimoiden varjoainekuvauksessa 	2 kk

YLEISIÄ OHJEITA RADIOJODIHOITOPOTILAALLE JA HÄNEN LÄHEISILLEEN

WC-käynnit

Roiskeiden välttämiseksi tee kaikki tarpeesi istuallaan. Kuivaa alapääsi wc-paperilla ja huuhtelee wc-pönttö. Pese kätesi mahdollisuuksien mukaan wc-tilassa, koska pesemättömien käsien mukana radioaktiivista ainetta voi siirtyä esimerkiksi ovenkahvoihin.

Pienet lapset

Annoksesta aiheutuva riski on suurempi alle 10-vuotiaille lapsille kuin sitä vanhemmille. Tästä syystä alle 10-vuotiaat lapset eivät saisi oleskella läheisyydessäsi tai asunnossasi. Jos tämä ei ole mahdollista, kanssakäymisen on oltava mahdollisimman vähäistä ja suoraa fyysistä kosketusta on vältettävä. Mitä suurempi etäisyys välillänne on, sitä pienemmiksi jäävät säteilystä aiheutuvat haitat.

Jos perheessäsi on pieniä lapsia, ja jos joudut asumaan samassa huoneistossa heidän kanssaan, tämä tarkoittaa heille ylimääräistä säteilystä aiheutuvaa terveysriskiä.

Raskaana olevat naiset

Raskaana olevan puolison/läheisen ja syntymättömän lapsen annos tulisi pitää niin pienenä kuin kohtuudella on mahdollista. Tällaisissa tapauksissa fyysinen kanssakäyminen on oltava mahdollisimman vähäistä.

Puoliso ja muut ihmiset kotona

Suoralle fyysiselle kosketukselle (halailu ja sukupuoli kanssakäyminen) ei ole esteitä, mutta se on rajoitettava noin puoleen tuntiin vuorokaudessa ja kondomia suositellaan käytettäväksi 7 vrk aikana. On erittäin suotavaa, että nukkuisit yksin 2-8 vuorokauden ajan. Etäisyys toiseen nukkuvaan tulisi olla vähintään kaksi metriä, rajoitus koskee myös seinän takana nukkuvia.

Muutaman tunnin vierailulla ei tarvita erityisiä varotoimia, jos pysyttelet noin kahden metrin päässä toisista ihmisistä. Suoran fyysisen kanssakäymisen välttäminen vähentää vieraiden saamaa säteilyannosta. Pienten lasten ja raskaana olevien naisten vierailut eivät kuitenkaan ole suotavia.

Hedelmöittäminen ja raskaus

Hedelmöitys neljän kuukauden kuluessa radioaktiivisella jodilla annetusta hoidosta saattaa aiheuttaa vaurioita sikiölle.

Naiselle: Vältä raskaaksi tuloa kuuden (6) kuukauden aikana hoidon jälkeen.

Miehelle: Siittiösolut voivat vaurioitua säteilystä, joten sinua suositellaan olemaan siittämättä lapsia kuuden (6) kuukauden aikana hoidon jälkeen.

Rintaruokinta

Jos imetät, rintaruokinta on aina lopetettava ennen hoidon aloittamista, eikä sitä saa aloittaa uudestaan kotiin palaamisen jälkeen.

Ruokailuvälineet ja -astiat

Koska syljen ja muiden eritteiden jodipitoisuus on varsin korkea, toisten ihmisten ei pitäisi käyttää sinun kanssasi samoja ruokailuvälineitä ja -astioita, pyyhkeitä, vuodevaatteita jne. Pesun jälkeen ne ovat täysin turvallisia. Niitä ei ole tarpeen pestä erillään.

Liikennevälineet

Vältä matkustamista julkisilla liikennevälineillä ja takseilla ensimmäisen viikon aikana. Jos tämä ei ole mahdollista, rajoita matkustusaika noin kahteen tuntiin matkaa kohti. Lisäksi pyri pitämään mahdollisimman pitkä välimatka kanssamatkustajiin ja vaihtamaan paikkaa matkan aikana. Näin pienennät toisten ihmisten saamaa säteilyaltistusta.

Matkustaminen Venäjälle

Venäjän tulli on ottanut käyttöön annosnopeusrajan (3 $\mu\text{Sv/h}$) Venäjälle meneville säteileville aineille (Suomessa ympäristön aiheuttaman luonnollisen taustasäteilyn annosnopeus on keskimäärin 0.1 $\mu\text{Sv/h}$). Tätä annosnopeusrajaa sovelletaan myös potilaisiin, joille on annettu radioaktiivisia lääkevalmisteita. Jos siis annosnopeus mitattuna 1 m:n etäisyydeltä potilaasta mistä tahansa kehon osasta ylittää 3 $\mu\text{Sv/h}$, Venäjän tulli voi käännäyttää henkilön rajalta.

Saamasi radioaktiivisen jodin annoksesta riippuen voit lähteä Venäjälle vasta 1-2 viikon kuluttua hoidosta. Todistus saadusta hoidosta ei riitä, vaan tarvitset tiedon annosnopeudestasi matkalle lähtiessäsi. Tämän voit käydä mittauttamassa isotooppiyksikössä.

Sosiaaliset tilanteet

Vältä sellaisia tilanteita, joissa olet läheisessä kanssakäymisessä muiden ihmisten kanssa useiden tuntien ajan (esim. elokuvat, teatteri, konsertit yms.).

Hoitolaitokset

Jos joudut sairaalaan tai muuhun hoitolaitokseen aikana, jolloin sinun on noudatettava rajoituksia, ilmoita tilanteesta välittömästi sinua hoitavalle henkilökunnalle.

Työpaikka

Jos joudut työssäsi läheiseen kanssakäymiseen muiden ihmisten kanssa, pyri pysyttelemään vähintään kahden metrin päässä heistä. Jos tämä ei ole mahdollista tai jos joudut työssäsi tekemisiin alle 10-vuotiaiden lasten tai raskaana olevien naisten kanssa, on sairausloma todennäköisesti tarpeen. Sairausloman pituuden arvioi hoitava sisätautilääkäri, joka laatii tarvittaessa todistuksen sairauslomasta.