

Leefregels Schildklier Jodiumtherapie

Jodiumtherapie

U heeft een behandeling van uw schildklier gehad met radioactief jodium. Voor deze jodiumtherapie was u voor 1 of 2 dagen in het ziekenhuis opgenomen. De hoeveelheid radioactiviteit is op dit moment zo laag in uw lichaam dat u naar huis mag. Toch is er nog een bepaalde hoeveelheid radioactiviteit in uw lichaam aanwezig. U kunt andere mensen dus blootstellen aan een kleine hoeveelheid straling. Dit brengt geen gevaar voor hun gezondheid met zich mee. Maar de hoeveelheid straling moet toch altijd zo klein mogelijk zijn. Daarom krijgt u voor een bepaalde tijd leefregels mee. Hoelang u zich aan deze leefregels moet houden, wordt met u besproken door de nucleair geneeskundige. Soms is dat 2 weken, maar dat kan ook korter zijn. Dit is afhankelijk van de therapie die u heeft gehad.

Algemeen

Houdt u zoveel mogelijk afstand van uw huisgenoten. Als u langer bij elkaar zit, bijvoorbeeld tijdens het eten of tv-kijken, houdt dan minimaal 2 meter afstand. De straling gaat ook door muren, vloer, plafond en ramen.

Toilet

- Als u naar het toilet gaat, trek dan wegwerp handschoenen aan.
- Ga altijd zittend naar het toilet (dit geldt ook voor mannen).
- Gebruik elke keer toiletpapier, ook als u alleen moet plassen.
- Trek daarna het toilet 2 keer door.
- Was na afloop uw handen, liefst in de toiletruimte.
- Maak zelf het toilet schoon. Als dit niet mogelijk is, moet iemand anders handschoenen gebruiken om het toilet schoon te maken.
- Als u meerdere toiletten heeft, gebruik dan 1 toilet en laat uw huisgenoten of bezoekers een ander toilet gebruiken.

Incontinentie

In geval van incontinentie, zoals ongewild urineverlies of ontlasting, bespreekt u de mogelijkheden met de afdeling Nucleaire Geneeskunde.

Kinderen

Kinderen zijn gevoeliger voor straling dan volwassenen. Probeer direct lichamelijk contact, zoals knuffelen, zo kort mogelijk te houden. Maak ook de afstand tot de kinderen zo groot mogelijk. Laat de verzorging van kinderen zo veel mogelijk aan anderen over. Laat kinderen, als het kan, ergens anders logeren. Overlegt u met de afdeling Nucleaire Geneeskunde wat mogelijk is.

Zwangere vrouwen

U kunt het beste zo weinig mogelijk contact hebben met zwangere vrouwen. Probeer minimaal 2 meter afstand van zwangere vrouwen te blijven. Als uw partner zwanger is, overlegt u met de afdeling Nucleaire Geneeskunde wat mogelijk is.

Slapen

Slaap minimaal 3 meter afstand van elkaar. Het liefst in aparte kamers. Zorg ervoor dat de bedden niet tegen dezelfde muur staan. Straling gaat door muren heen, waardoor de benodigde afstand niet wordt gehaald. Is uw huisgenoot ouder dan 60 jaar, dan hoeft u niet apart te slapen.

Bezoek

Bezoekjes korter dan ongeveer 2 uur zijn geen probleem. Houdt u wel 2 meter afstand tot uw bezoek. Wij vragen u het bezoek van jonge kinderen en zwangere vrouwen zoveel mogelijk te vermijden.

Borstvoeding

Geeft u borstvoeding? Dit is belangrijk voor uw behandelend arts om te weten. Stop met borstvoeding 8 weken voor de behandeling en begin er daarna niet meer mee. Bij een volgende zwangerschap kan u wel weer borstvoeding geven of kolven. Overleg met de afdeling Nucleaire Geneeskunde wat mogelijk is.

Zwangerschap

Het advies aan vrouwen is om de eerste 6 tot 12 maanden na behandeling niet zwanger te worden. Het advies aan mannen is om de eerste 6 maanden na de behandeling geen kinderen te verwekken.

Intimiteit

Een korte knuffel is geen probleem, dit duurt vaak zo kort dat de ander bijna geen straling oploopt. Zoenen en seks kunt u beter niet doen, omdat uw partner op die manier ook radioactief jodium binnen kan krijgen. Seks, na de periode van de leefregels, is geen enkel probleem.

Werk

Afhankelijk van uw beroep, mag u 2 dagen na de start van de behandeling weer gaan werken. Daarbij moet u zich houden aan de leefregels. Is het bijvoorbeeld niet mogelijk om afstand te houden tot collega's, u aan de regels voor toiletbezoek te houden, of werkt u met kinderen tot en met 10 jaar of met zwangere vrouwen, dan moet u zich gedurende de periode van leefregels ziek melden.

Wasgoed en serviesgoed

Deel uw wasgoed, kleding en servies niet. U hoeft deze na gebruik niet apart (af) te wassen. Na het (af)wassen kan iedereen deze voorwerpen weer gebruiken.

Dagelijkse boodschappen

Gedurende de periode van leefregels mag u wel naar buiten gaan en naar een winkel voor boodschappen. Ook dan geldt het advies om zo veel mogelijk afstand te bewaren. Als dat niet mogelijk is, bijvoorbeeld in de rij bij de kassa, dan is dat geen probleem. Omdat het wachten in de rij maar kort duurt.

Vervoer

Probeer reizen met openbaar vervoer te beperken tot maximaal 1 uur per vervoermiddel, waarbij u zo veel mogelijk afstand tot uw medereizigers probeert te houden.

Als u met de auto gaat, kunt u het beste zelf rijden zonder andere mensen in de auto. Als u niet zelf rijdt (auto of taxi), dan moet u rechtsachter de bestuurder gaan zitten. Dan zit u namelijk zo ver mogelijk bij de bestuurder vandaan.

Als u met het vliegtuig moet reizen, bespreek dit dan met de afdeling Nucleaire Geneeskunde. Er zal dan gekeken worden wanneer de reis weer mogelijk is. U krijgt ook een brief van ons mee. U kunt deze bij de douane laten zien als daarom gevraagd wordt. Bij de douanecontrole worden soms stralingsmetingen toegepast, waardoor u deze brief nodig kan hebben. Dit kan tot een paar maanden na de behandeling nog nodig zijn. Uw arts kan u vertellen hoe lang dat voor u geldt.

Bijeenkomsten

Bioscoop-, concert-, kerk-, of moskeebezoek en andere bijeenkomsten waar u een paar uur vlak naast iemand anders zit, moet u vermijden.

Schoolbezoek

Bij klassikaal onderwijs neemt u plaats op minimaal 2 meter afstand van uw medeleerlingen.

Huisdieren

Voor huisdieren gelden geen maatregelen.

Noodgevallen

Het kan gebeuren dat u onverwacht naar het ziekenhuis, de huisarts of een andere zorgverlener moet. Als u zich nog aan de leefregels moet houden, is het belangrijk dat u vertelt dat u een behandeling heeft gehad met radioactief jodium. Dit geldt ook als dit in hetzelfde ziekenhuis is. De nieuwe zorgverlener kan contact opnemen met de nucleair geneeskundige.

Ook als er dingen gebeuren waardoor u zich niet meer aan de leefregels kunt houden moet u contact opnemen met: (076) 595 3016. Buiten kantooruren kunt u bellen naar (076) 595 50 00. Vraagt u naar de Nucleaire Geneeskundige die dienst heeft, dan wordt u doorverbonden.

Overlijden

Als u binnen 6 maanden na de behandeling onverwachts overlijdt, raden wij uw nabestaanden aan contact op te nemen met uw arts in het ziekenhuis. Dit kan namelijk gevolgen hebben voor bijvoorbeeld een crematie.

Vragen?

Wij helpen u graag. U kunt contact opnemen met de assistent of uw behandelend specialist.

Polikliniek Nucleaire Geneeskunde van maandag t/m vrijdag van 08.00-16.30 uur

- (076) 595 30 16

Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met:

- (076) 595 50 00

Als u vraagt naar de dienstdoende arts Nucleaire Geneeskundige, dan wordt u doorverbonden.

Meer lezen over nucleaire geneeskunde bij Amphia?

Ga naar afdeling Nucleaire Geneeskunde (<https://www.amphia.nl/afdelingen/nucleaire-geneeskunde>)