



ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕ ΜΙΚΡΗ ΔΟΣΗ ΡΑΔΙΕΝΕΡΓΟΥ ΙΩΔΙΟΥ (¹³¹I)

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΚΤΙΝΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

Οι παρακάτω οδηγίες αφορούν ασθενείς στους οποίους θα χορηγηθεί θεραπευτική δόση ραδιενεργού Ιωδίου I-131 ενεργότητας **10/15 mCi** και έχουν σαν στόχο την διασφάλιση της ακτινοπροστασίας τόσο των ιδίων και των οικείων τους όσο και του πληθυσμού γενικότερα (φίλοι, συνάδελφοι, άλλα άτομα κλπ). Οι οδηγίες και απαντήσεις σε πιθανές ερωτήσεις σας, θα σας δοθούν και κατά την ενημέρωσή σας από τον υπεύθυνο Ακτινοπροστασίας (Ακτινοφυσικό) του τμήματος Πυρηνικής Ιατρικής. Η διάρκειά τους θα πρέπει να είναι για διάστημα δυο εβδομάδων εκτός εάν σας συμβουλέψουν, σε προσωπικό επίπεδο, για διαφορετική χρονική διάρκεια.

ΑΜΕΣΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

- Η λήψη της θεραπευτικής κάψουλας πραγματοποιείται ενώ είστε νηστικοί.
- Μην τρώτε για διάστημα τριών (3) ωρών μετά από την χορήγηση του ραδιενεργού Ιωδίου.
- Σε περίπτωση που κάνετε εμετό εντός των επόμενων τεσσάρων (4) ωρών προσπαθήστε αν είναι δυνατό να γίνει σε λεκάνη τουαλέτας, σε κάδο απορριμμάτων ή άλλο κλειστό δοχείο και ενημερώστε αμέσως το τμήμα Πυρηνικής Ιατρικής στο οποίο σας έγινε η χορήγηση.

ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ / ΤΑΞΙΔΙ

- Αν χρειαστεί να μετακινηθείτε αποφύγετε τα μέσα μαζικής μεταφοράς.
- Αν πρέπει οπωσδήποτε να τα χρησιμοποιήσετε επιλέξτε να βρίσκεστε σε αρκετή απόσταση από νεαρά άτομα και σίγουρα μακριά από μικρά παιδιά και έγκυες γυναίκες.
- Μη κάνετε ταξίδι μεγάλης διάρκειας (π.χ. για έξι (6) ώρες) μαζί με συγγενείς ή άλλα άτομα. Ωστόσο αν είναι απαραίτητο να ταξιδέψετε περιορίστε τον χρόνο ταξιδιού το πολύ σε δυο (2) ώρες την ημέρα.
- Αν χρειαστεί να χρησιμοποιήσετε Ι.Χ. ή ταξί, καθίστε διαγώνια από τον οδηγό και περιορίστε τον χρόνο ταξιδιού το πολύ σε δυο (2) ώρες.

ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

- Αποφύγετε παρατεταμένη επαφή με άλλα άτομα.
- Σταθείτε όσο το δυνατό πιο μακριά από άλλα άτομα. Διατηρήστε απόσταση μεγαλύτερη των δύο (2) μέτρων από τα υπόλοιπα άτομα σε περίπτωση που είστε στον ίδιο χώρο.
- Κοιμηθείτε σε ξεχωριστό κρεβάτι και αν είναι δυνατό σε ξεχωριστό και όσο το δυνατόν, απομακρυσμένο δωμάτιο.
- Πιείτε πολλά υγρά.

- Μη μοιράζετε ποτά ή φαγητά με άλλα άτομα.
- Πλένετε καλά τα οικιακά σκεύη που χρησιμοποιείτε (πιάτα, μαχαιροπήρουνα, ποτήρια) μετά από κάθε χρήση με άφθονο νερό.
- Αποφύγετε κοντινή επαφή με άλλα άτομα όπως φιλιά, ερωτική συνεύρεση, αγκαλιές.
- Για τις 2-3 πρώτες ημέρες κάντε ντους καθημερινά και ξεπλύνετε καλά το μπάνιο μετά από κάθε χρήση με άφθονο νερό.
- Πλένετε όλα τα ρούχα και τα σεντόνια σας ξεχωριστά.
- Αν είναι δυνατό χρησιμοποιείτε δική σας τουαλέτα και χρησιμοποιείτε το καζανάκι δυο φορές μετά την χρήση της. Πλένετε τα χέρια σας εντός της τουαλέτας με άφθονο νερό.
- Χρησιμοποιήστε προσωπικά είδη καθαριότητας και υγιεινής (πετσέτες, σφουγγάρια, οδοντόβουρτσα, κτλ.).

ΒΡΕΦΗ, ΠΑΙΔΙΑ, ΕΓΚΥΕΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΣΕ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

- Αν έχετε βρέφος, θα πρέπει να αναλάβει την φροντίδα του κάποιος άλλος.
- Μην έχετε το βρέφος κοντά σας. Αν χρειαστεί να βρεθείτε κοντά του, να το κάνετε για σύντομο χρονικό διάστημα.
- Είναι σημαντικό να αποφεύγετε στενή επαφή (π.χ. φιλιά και αγκαλιές) με τα παιδιά σας.
- Ο κίνδυνος για τα μικρά παιδιά είναι μεγαλύτερος από ότι στους ενήλικες. Αν είναι απαραίτητο να είστε στον ίδιο χώρο φροντίστε ο χρόνος παραμονής να είναι ο ελάχιστος δυνατός και η απόσταση μεγαλύτερη των δυο (2) μέτρων.
- Να αποφεύγονται επισκέψεις και κοντινή επαφή με έγκυες γυναίκες. Αν η επαφή είναι απαραίτητη να είναι όσο το δυνατόν συντομότερη και όχι σε απόσταση μικρότερη των δυο (2) μέτρων. Να αποφεύγεται στενή επαφή με γυναίκες σε αναπαραγωγική ηλικία.

ΘΗΛΑΣΜΟΣ

Αν θηλάζετε το βρέφος σας, ο θηλασμός θα πρέπει να διακοπεί οριστικά μετά τη χορήγηση.

ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

- Αν πιστεύετε ότι είστε έγκυος αλλά δεν το γνωρίζετε ενημερώστε αμέσως τον Ιατρό σας πριν την χορήγηση.
- Συζητήστε με τον Ιατρό και τον Υπεύθυνο Ακτινοπροστασίας (Ακτινοφυσικό) του τμήματος Πυρηνικής Ιατρικής στο οποίο πραγματοποιήθηκε η χορήγηση για το διάστημα που θα πρέπει να μεσολαβήσει από την θεραπεία μέχρι την ασφαλή δυνατότητα τεκνοποίησης. Συνήθως η εγκυμοσύνη θα πρέπει να αποφεύγεται για διάστημα 4-6 μηνών.

ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΙ ΣΥΝΤΡΟΦΟΙ

Σε άτομα ηλικίας εξήντα (60) ετών και άνω, οι πιθανότητες κινδύνου από την ακτινοβολία είναι μειωμένες και κατά συνέπεια οι οδηγίες θα πρέπει να τηρούνται όπου αυτό είναι εφικτό και εύκολο.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Θα πρέπει να αποφεύγονται κοινωνικές δραστηριότητες κατά τις οποίες θα είστε σε κοντινή επαφή με άλλα άτομα για κάποιες ώρες (π.χ. σινεμά, επισκέψεις).

ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

- Δεν θα πρέπει να επιστρέψετε στην εργασία σας για τουλάχιστον τις δυο (2) πρώτες εβδομάδες μετά την χορήγηση.
- Την τρίτη εβδομάδα μπορείτε να επιστρέψετε εφόσον η εργασία σας δεν απαιτεί κοντινή επαφή με νεαρά άτομα. Σε περίπτωση που η εργασία σας απαιτεί πολύωρη και κοντινή επαφή θα πρέπει να επιστρέψετε σε αυτή μετά από συνολικά τρεις (3) εβδομάδες. Το ίδιο ισχύει και στην περίπτωση που στην εργασία σας απαιτείται επαφή με παιδιά ή εγκύους. Σε αυτή την περίπτωση ίσως χρειαστεί να απέχετε για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα για το οποίο θα πρέπει να ενημερωθείτε από τον Ιατρό σας και τον Υπεύθυνο Ακτινοπροστασίας (Ακτινοφυσικό) του τμήματος Πυρηνικής Ιατρικής στο οποίο πραγματοποιήθηκε η χορήγηση.

ΕΠΕΙΓΟΥΣΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

Αν εμπλακείτε σε τροχαίο ατύχημα ή οποιαδήποτε άλλη έκτακτη κατάσταση κατά την οποία απαιτείται ιατρική φροντίδα θα πρέπει να ενημερώσετε το ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό για τον τύπο της θεραπείας που κάνατε (χρόνο, ημέρα, ισότοπο που σας χορηγήθηκε κτλ.)

Για οποιαδήποτε επιπρόσθετη πληροφορία ή βοήθεια σχετικά με τα μέτρα ακτινοπροστασίας μην διστάσετε να επικοινωνείτε με τους υπεύθυνους Ακτινοπροστασίας της Μονάδας Θεραπευτικών Εφαρμογών.

Τηλέφωνο επικοινωνίας: 2651099381.