

U hebt in overleg met uw internist besloten dat u wordt behandeld met radioactief jodium op de afdeling Nucleaire Geneeskunde in het Erasmus MC. In deze folder vindt u informatie over uw behandeling en alles wat daarmee te maken heeft.

Radioactiviteit en straling

Veel radioactieve stoffen bestaan al zo lang als de aarde zelf. Ze zenden straling uit en zitten in de lucht, in de muur van uw huis, in het voedsel en ook in ons eigen lichaam. Dit is natuurlijke straling. Daarnaast is er ook kunstmatige straling. Deze wordt gebruikt bij uw behandeling met radioactief jodium.

Een hoge dosis radioactiviteit en straling is gevaarlijk. De dosis radioactiviteit waaraan u wordt blootgesteld is echter zo laag dat er geen nadelige gevolgen te verwachten zijn.

Waarom wordt u opgenomen?

De overheid heeft in de Kernenergiewet normen vastgelegd om mensen tegen teveel straling te beschermen. Bij uw behandeling met een radioactief geneesmiddel plast u een groot deel van de radioactieve stof weer uit. Omdat deze radioactieve urine in speciale tanks moet worden opgevangen, wordt u opgenomen.

De duur van uw opname is afhankelijk van verschillende factoren zoals de dosis radioactiviteit die u krijgt toegediend, hoeveel uw lichaam (schildklier) daarvan opneemt en hoe snel u het resterende deel uitplast.

Vorbereidingen thuis

Om uw opname zo soepel mogelijk te laten verlopen, adviseren wij u bij uw opname het volgende mee te nemen:

Therapie op de afdeling Nucleaire Geneeskunde met radioactief jodium (I-131)

- fruit, snoep (kauwgum) en eventueel uw favoriete drankje (wijn e.d. mag ook). Koffie, thee, vruchtensap en bronwater zijn aanwezig.
- maaltijden, indien u zich moet houden aan een strikt (medisch) dieet of voedselvoorschrift
- iets om uzelf bezig te houden, zoals een boek, tijdschrift of een spelletje. Denk ook aan een omroepgids en dvd's. Op de afdeling staan televisies en dvd-spelers.
- uw eigen eventuele hulpmiddelen, zoals bijvoorbeeld een rollator.
- polikliniekkaart en patiëntplaatje.
- uw eigen overige medicijnen (zoals thuis zorgt u zelf voor de inname)
- kleding, want u hoeft niet in bed te blijven en kunt vrij rondlopen binnen de afdeling (denk aan een extra vest of trui vanwege de airconditioning).
- pyjama, kamerjas, pantoffels (u mag niet op blote voeten lopen).
- toiletartikelen.

De dag van opname

Op de dag van opname meldt u zich voor 10.30 uur bij de Inschrijving van het ziekenhuis. Nadat u bent ingeschreven, brengt een gastvrouw van het ziekenhuis u naar de afdeling Nucleaire Geneeskunde. U krijgt koffie en wacht op een medewerker van de afdeling Nucleaire Geneeskunde; de gastvrouw brengt uw eventueel meegekomen familie weer terug naar de opnamebalie.

De medewerker van Nucleaire Geneeskunde zal de gang van zaken tijdens uw opname uitleggen en vragen kunnen beantwoorden.

De volgende punten zullen onder andere worden uitgelegd:

Kamerindeling. De kamerindeling zal bekend worden gemaakt. Op de centrumlocatie zijn er zowel éénpersoons- als tweepersoonskamers.

Maaltijden. Gedurende uw opname krijgt u standaardmaaltijden. Indien u zich moet houden aan een strikt (medisch) dieet of voedselvoorschrift kunt u uw wensen eventueel zo spoedig mogelijk aan de medewerker van Nucleaire Geneeskunde doorgeven. U doet er echter verstandig aan om er rekening mee te houden dat niet altijd aan uw wensen kan worden voldaan en daarom voor de zekerheid zelf uw eten mee te brengen (dit komt door de korte tijd tussen het moment van opname en de eerste maaltijd).

Arts. Er komt een arts bij u langs voor de laatste medische vragen. U spreekt met deze arts af wanneer u uw schildkliermedicatie (indien van toepassing) na de behandeling weer moet hervatten. Zonodig kunt u vragen om een (herhaal)recept.

Zwangerschapstest. Als u zwanger bent of het vermoeden hiervan hebt, mag u de therapie met radioactief jodium beslist niet ondergaan. Er wordt op de dag van opname bij alle vrouwelijke patiënten in de leeftijd tussen 12 en 55 jaar dan ook standaard een zwangerschapstest gedaan.

Taxi-kaart. Als u bij uw vertrek naar huis op medische gronden een taxakaart nodig hebt, geeft u dat dan op de dag van opname aan ons door.

De afdeling

De afdeling op de centrumlocatie beschikt over éénpersoons- en tweepersoonskamers (met raam/daglicht), voor in totaal maximaal 8 patiënten. Alle kamers zijn voorzien van een televisie/dvd en telefoon. U kunt kosteloos gebruik maken van de telefoon. Als u eerst een 0 draait, kunt u daarna het gewenste nummer intoetsen (incl. mobiele nummers). Gesprekken naar het buitenland worden in rekening gebracht en deze moet u via de telefoniste aanvragen (*990). U kunt ook rechtstreeks worden gebeld 010-70..... Voor de puntjes vult u de vijf cijfers in die op uw telefoon staan. Pas op de dag dat u opgenomen wordt en de kamerindeling bekend is, weet u het telefoonnummer van uw kamer dat u kunt doorgeven aan familie en/of vrienden.



tweepersoonskamer



éénpersoonskamer

U hebt (met de andere patiënten) de beschikking over een gezamenlijke keuken met koelkast, die bij uw komst gevuld is met verschillende melkproducten en frisdrank. U kunt hiervan vrij gebruik maken. Ook hebt u de mogelijkheid om hier koffie, thee of drinkbouillon te maken en kunt u de magnetron gebruiken. Uw favoriete drank/eten kunt u eventueel zelf meebrengen. Op de afdeling staan in de gemeenschappelijke ruimten twee computers (met internet) en een hometrainer waar u gebruik van kunt maken. Ook kunt u verblijven in de gezamenlijke huiskamer met tv.



huiskamer



gezamenlijke keuken

Op onze afdeling is een aantal zaken anders geregeld dan elders in het ziekenhuis. Op de afdeling zelf is meestal geen (verplegend) personeel en u mag de afdeling niet verlaten. Wij hopen dat u begrip hebt voor deze situatie. Tijdens uw verblijf is de afdeling gesloten. Dit is

voornamelijk om te voorkomen dat buitenstaanders per ongeluk op de afdeling komen. Natuurlijk zijn er voldoende nooduitgangen. De afdeling is voorzien van een bel-alarmsysteem voor noodgevallen. Het bel-alarmsysteem staat in verbinding met de afdeling Longziekten (die één etage hoger ligt). Alarmknoppen vindt u naast uw bed. In de douches en toiletten hangen rode koorden, waarmee u het alarmsysteem kunt inschakelen. We verzoeken u de alarmknoppen en koorden alleen in uiterste noodzaak te gebruiken. Probeer u altijd eerst de telefoon, nummer 34875 (zusterpost).

Het verblijf

Tijdens uw verblijf zorgt u volledig voor u zelf. Alleen de maaltijden krijgt u van het ziekenhuis. De verpleging komt drie keer per dag uw eten brengen. Tijdens uw verblijf wordt er niet schoongemaakt. Het is de bedoeling dat u de kamer / keuken / huiskamer zelf op orde houdt.

U kunt tijdens uw verblijf uw eigen kleding dragen. Die kunt u na afloop gewoon meenemen naar huis. Alleen via de urine kan er een besmetting optreden. Om besmetting van de kleding met urine te voorkomen, kunnen dames maandverband of een inlegkruisje dragen. Deze spullen zijn op de afdeling aanwezig. Mocht er toch een beetje urine op uw kleding zijn gekomen dan voldoet één machinewasbeurt uitstekend om eventuele radioactiviteit uit kleding te verwijderen.

N.B. IN ONS ZIEKENHUIS IS ROKEN VERBODEN ! Het is niet toegestaan te roken op de therapieafdeling, de arts kan u eventueel een nicotinepleister voorschrijven.

Bezoek

Omdat u geen bezoek mag ontvangen, kunt u ter compensatie kosteloos telefoneren naar zowel vaste als 06-nummers binnen Nederland.

Het gebruik van mobiele telefoons is toegestaan mits u de gedragsregels in acht neemt.

De behandeling met radioactief jodium

Radioactief jodium zorgt ervoor dat schildklierweefsel minder actief en/of de schildklier kleiner wordt. Het wordt meestal als capsule toegediend (deze is vergelijkbaar met een standaard antibiotica-capsule). Vlak voor de toediening leggen wij u duidelijk uit hoe u de capsule moet innemen.

Na het slikken van de capsule, krijgt u een aantal vitamine C tabletten waarvan u elk uur één moet opzuigen zonder water ('s nachts niet). Dit is om uw speekselklieren te beschermen tegen opname van het radioactief jodium. Tussendoor moet u juist wel veel drinken (echter niet zoveel dat u misselijk wordt) en vaak naar het toilet gaan om de niet opgenomen radioactiviteit snel uit te plassen.

Tijdens uw opname en ook daarna zijn er meestal geen bijwerkingen te verwachten. De behandeling zal pas na enige weken tot maanden effect hebben.

Na de behandeling moet u uw schildkliermedicijnen weer gaan gebruiken, zoals is afgesproken met de arts van de afdeling Nucleaire Geneeskunde en/of uw specialist. Neemt u in ieder geval (indien van toepassing) uw schildkliermedicijnen mee naar het ziekenhuis. Eventuele andere medicijnen kunt u tijdens uw opname gewoon blijven gebruiken (ook zelf meebrengen!).

BELANGRIJKE PUNTEN

- Na toediening van de radioactieve dosis mag u de ruimte waar u bent opgenomen niet verlaten.
- Wilt u al vóór uw opname aan uw eigen special-ist een recept voor uw schildklier- medicijnen vragen voor de periode direct na uw therapie en deze ook meenemen naar het ziekenhuis ?
- U moet de eerste twee dagen na het innemen van de capsule extra drinken. Daarna is dit niet meer nodig, want de radioactiviteit die u dan nog bij u hebt, zit vast in het schildklierweefsel en wordt niet meer uitgeplast.
- Zorg dat uw handen niet met urine in aanraking komen. Gebeurt dit toch, dan moet u uw handen goed wassen. De radioactieve urine is gemakkelijk af te wassen.
- Na gebruik van het toilet moet u uw handen goed wassen. De kranen kunt u het beste met de ellebogen bedienen.
- Mocht onverhoopt een ongelukje met urine gebeuren, dekt u dit dan zo goed mogelijk af met papieren handdoekjes. In geen geval met water schoonmaken. Meld het wel direct aan het personeel van de afdeling Nucleaire Geneeskunde en buiten kantooruren aan de zusterpost (nummer 34875).
- Het is verboden in de douche of wasbakken te urineren.
- Maak uitsluitend zittend gebruik van het toilet. **Dit geldt ook voor de mannen!**
- **Werp nooit papieren handdoeken in het toilet. Dit kan verstopping in het riool veroorzaken.**

- Inlegkruisjes en maandverband gooit u (verpakt in plastic zakjes) uitsluitend in de afvalbakken en NIET IN HET TOILET!
- Werp handdoeken in de speciale witte zak, geen ander afval hierbij !
- Wij adviseren u geen waardevolle spullen mee te nemen tijdens uw opname.

Naar huis

Het moment van uw ontslag uit het ziekenhuis is niet exact bekend. Iedere dag meten we hoeveel het stralingsniveau is verminderd. Aan de hand van de metingen wordt de dag van uw ontslag bepaald. Uw verblijf varieert van 1 dag tot meerdere dagen. **Eventuele toezeggingen vooraf (door wie dan ook gedaan) over de opnameduur zijn nooit definitief: alleen de metingen wijzen het uit.**

Ook vlak voor u vertrekt wordt het stralingsniveau nog gemeten.

Indien u enkele dagen na uw behandeling een *vliegreis* gaat maken, meldt dit dan bij uw ontslagmeting. U krijgt dan een vliegbrief mee, waarmee u aan kunt tonen dat u vanwege een behandeling radioactieve stoffen in uw lichaam hebt.

Wilt u voordat u de afdeling verlaat al het afval en het wegwerpmateriaal dat u gebruikt hebt in de daarvoor bestemde zakken deponeren? Net als uw kleding kunt ook uw andere spullen gewoon mee naar huis nemen. U kunt uw suggesties of opmerkingen over uw opname noteren in het aanwezige gastenboek.

Leefregels voor thuis na therapie

Als u naar huis gaat, is het stralingsniveau zo laag dat er geen risico is voor uw omgeving. Wel dient u gedurende een aantal dagen na uw ontslag enkele leefregels in acht te nemen. In een brief die u mee naar huis krijgt staan deze leefregels vermeld. Ook staat in deze brief vermeld hoe lang de periode is dat deze leefregels gelden.

Doorgaans is die periode maximaal twee weken voor volwassenen en maximaal drie weken voor kinderen jonger dan 10 jaar. Echter, het exacte aantal dagen wordt vastgesteld aan de hand van uw stralingsniveau bij ontslag. De algemene leefregels zijn ook in dit boekje afgedrukt, maar volgt u de regels zoals ze in de brief bij uw vertrek staan beschreven. Het kan zijn dat er een wijziging heeft plaatsgevonden of dat er aanvullende persoonlijke adviezen worden meegegeven.

Deze leefregels, door de overheid samen met alle afdelingen Nucleaire Geneeskunde vastgesteld, moeten door alle Nederlandse ziekenhuizen aan de patiënt worden meegegeven. Die leefregels dienen er toe dat buitenstaanders, en met name huisgenoten, geen hogere stralingsdosis van u ontvangen dan wettelijk is toegestaan. De wettelijke dosisgrenzen zijn uiterst laag vastgesteld om elk mogelijk risico uit te sluiten.

Algemene leefregels voor thuis na therapie met radioactief jodium

- U moet afstand bewaren tot uw huisgenoten en bezoekers: doorgaans minimaal één meter, liefst meer. Het is aan te bevelen dat u en uw partner apart slapen op minstens 2 meter afstand van elkaar, indien mogelijk in aparte kamers.
- U moet zittend urineren (ook mannen). Altijd toiletpapier gebruiken. Handen goed wassen.
- Verzorging van kinderen tot 10 jaar laat u zolang aan een andere huisgenoot over. Anders laat u de kinderen elders logeren.
- Ook voor bezoekers geldt: afstand bewaren en direct lichamelijk contact vermijden. Zwangeren en kinderen tot 10 jaar mogen u niet bezoeken.
- Deelname aan openbaar vervoer beperkt u tot één uur per rit. In een taxi gaat u schuin achter de chauffeur zitten en met dezelfde taxi reist u niet langer dan 2 uur.
- Bijeenkomsten waarbij u langer dan één uur naast dezelfde persoon zit (b.v. in theater, kerk of tijdens een vergadering) moet u vermijden.
- U hoeft uw werk niet te verzuimen, tenzij u werkzaam bent in het basisonderwijs of in de opvang van kinderen tot 10 jaar. Wel geldt: afstand houden.
- Eventuele borstvoeding staakt u direct na de toediening van de dosis. Borstvoeding wordt niet meer hervat.
- U dient een zwangerschap binnen zes maanden na de behandeling te voorkomen. Dit geldt zowel voor vrouwen als mannen. Seksueel contact op zich is in deze periode geen bezwaar.
- Wordt u in een ziekenhuis opgenomen in de periode waarin de leefregels voor u gelden, dan moet dit aan de stralingsdeskundige worden gemeld.

Wat u nog wilt weten

Bij meer dan tienduizend patiënten die met radioactief jodium zijn behandeld, zijn 10 tot 25 jaar na de behandeling niet méér schadelijke effecten gezien (die aan straling zouden kunnen worden toegeschreven) dan in een zelfde grote groep die nooit behandeld is met radioactief jodium. De dosisgrenzen in de wet zijn dus ultra veilig gesteld en gelden alleen voor personen.

Huisdieren leven in de regel veel korter dan de mens en hoeven geen schadelijke effecten te verwachten. Ten aanzien van uw huisdieren hoeft u geen maatregelen te nemen. Langdurig op korte afstand (minder dan 1 meter) verblijven bij een persoon die met radioactief jodium is behandeld, geeft de ander een hogere stralingsdosis dan een kortdurend (maximaal 30 minuten) verblijf per dag. Daarom kan bij (urenlang) naast elkaar slapen de maximale waarde voor huisgenoten wel zijn bereikt en bij (kortdurend) lichamelijk of seksueel contact niet.

Uw huisgenoten kunnen van u een geringe stralingsdosis ontvangen, omdat er bij u nog wat radioactiviteit is achtergebleven. Deze achtergebleven radioactiviteit is echter niet overdraagbaar en u kunt uw huisgenoten dan ook niet 'besmetten' met radioactiviteit. Uw huisgenoten mogen dan ook wel contact hebben met kinderen of zwangeren. (vergelijk de achtergebleven radioactiviteit/straling met de warmte van een kachel; uw huisgenoten kunnen de warmte wel voelen, maar niet meenemen).

Tot slot

Met medische vragen kunt u bij uw (behandelend) arts terecht. Mocht u eventueel nog vragen over straling en/of risico's hebben, dan kunt u contact opnemen met de stralingsdeskundige van de afdeling Nucleaire Geneeskunde, telefoon 010 703 53 02.

Voor uw overige vragen kan u tijdens kantooruren de afdeling Nucleaire Geneeskunde (centrumlocatie) bereiken op telefoonnummer 010 704 01 32.

Adressen van patiëntenverenigingen

Schildklierstichting Nederland, Stationsstraat 79 A, 3811 MH Amersfoort
0900 – 899 88 66
www.schildklier.nl

Nederlandse Vereniging van Graves' patiënten, Stationsstraat 76A, 3811 MH Amersfoort
0900 – 20 200 73
<http://www.graves-patienten.nl>