

Empfehlungen zum Verhalten von Patienten nach Therapie mit radioaktivem Iod

(Nach Anlage A 14 Richtlinie Strahlenschutz in der Medizin)

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

zur Behandlung Ihrer Schilddrüsenerkrankung haben Sie radioaktives Iod erhalten. Ein Großteil des Radioiods wurde bereits während Ihres stationären Aufenthalts mit dem Urin aus Ihrem Körper ausgeschieden. Ein kleiner Teil des Iods wird jedoch noch einige Zeit in Ihrem Körper verbleiben, so dass Sie Ihrerseits Personen in Ihrer Nähe bestrahlen können. Um die Strahlenexposition anderer Personen möglichst gering zu halten, sollten Sie die folgenden einfachen Verhaltensregeln beachten:

1. Ist es gefährlich, schwanger zu werden/Kinder zu zeugen?

Eventuelle Schäden des Erbgutes werden innerhalb kurzer Zeit vom Körper repariert. Sicherheitshalber sollten Sie während der ersten 6 Monate nach der stationären Behandlung eine Schwangerschaft bzw. die Zeugung eines Kindes vermeiden.

2. Welches ist die wichtigste Maßnahme? Für _____ Woche(n) nach Entlassung halten sie zu allen Personen zu Hause, bei Zusammenkünften oder an Ihrem Arbeitsplatz möglichst einen Mindestabstand von einem Meter ein. Bei längeren Aufenthalten (mehr als eine Stunde) halten sie bitte einen Abstand von 2 Metern ein.

- **Darf ich engeren Kontakt zu meinem Partner oder anderen Menschen zu Hause haben?**

Jeder enge Kontakt sollte auf eine halbe Stunde täglich begrenzt werden. Sie sollten nach Möglichkeit in getrennten Betten schlafen (zwei Meter Abstand). Im Doppelbett sollten Sie etwas auseinanderrücken, auch ein Abstand von 50 cm ist hilfreich.

- **Darf ich Besuch empfangen?**

Besuche durch Kleinkinder und Schwangere sollten unterbleiben.

- **Darf ich ins Kino oder zu sonstigen Veranstaltungen gehen?**

Vermeiden Sie Kinobesuche und Veranstaltungen, so Sie sich länger als eine Stunde in unmittelbarer Nähe anderer Menschen aufhalten.

- **Darf ich öffentliche Verkehrsmittel benutzen?**

Sie sollten sich auf Fahrten von maximal zwei Stunden beschränken. Längere Fahrten sollten nur im Notfall vorgenommen werden. Achten Sie dann darauf, dass Sie möglichst alleine sitzen.

- **Was ist mit Taxifahrten?**

Nehmen Sie hinten diagonal zum Fahrer Platz. Fahren Sie mit demselben Taxifahrer nicht länger als zwei Stunden.

- **Darf ich die gleiche Toilette benutzen wie andere Menschen?**

Ja, achten Sie aber darauf, dass kein Urin verspritzt wird. Nehmen Sie beim Wasserlassen eine sitzende Stellung ein (auch Männer). Trocknen Sie die Genitalien stets mit Toilettenpapier ab und betätigen Sie die Wasserspülung. Wichtig ist es auch, nach dem Wasserlassen stets die Hände zu waschen.

- **Was ist mit Besteck, Geschirr, Bettwäsche, Handtüchern usw.?**

Radioaktives Iod wird vom Körper auch mit dem Speichel und Schweiß ausgeschieden. Benutzen Sie daher Besteck, Geschirr, Handtücher, Bettwäsche usw. nicht gemeinsam mit anderen. Nach dem Spülen oder Waschen sind diese aber vollkommen ungefährlich. Separates Waschen ist nicht nötig.

- **Gelten die Vorkehrungen auch gegenüber älteren Menschen (über 60 Jahre)?**

Nein, das Strahlenrisiko ist viel geringer. Besondere Vorsichtsmaßnahmen sind deshalb hier weniger wichtig.

- **Was ist, wenn ich ins Krankenhaus muss?**

Wenn sie unerwartet ein Krankenhaus aufsuchen müssen, informieren Sie bitte den Arzt, dass Sie vor kurzem mit radioaktivem Iod behandelt worden sind, und zwar auch dann, wenn es das gleiche Krankenhaus ist.

- **Medikation und Kontrolluntersuchungen nach Radioiodtherapie**

Auch wenn die Radioiodtherapie erfolgreich war, kann sich langfristig die Schilddrüsenfunktion noch ändern, so dass lebenslang einmal jährlich durch ihren behandelten Arzt (auch Hausarzt) eine Nachsorgeuntersuchung (Blutentnahme) durchgeführt werden muss.

3. Für _____Woche(n)

gelten die folgenden Punkte für den Umgang mit Schwangeren und Kindern:

- **Was gilt für Kontakte mit Schwangeren?**

Kontakte mit Schwangeren sollten auf ein Mindestmaß reduziert werden. Sie sollten mindestens zwei Meter Abstand zu einer Schwangeren einhalten. Deshalb auch Abstand halten zu jüngeren (da möglicherweise schwangeren) Frauen, z. B. beim Einkaufen.

- **Darf ich weiter stillen?**

Radioaktives Iod geht relativ lange in die Muttermilch über. Das Stillen muss daher vollständig unterbleiben.

- **Darf ich meine Kinder sehen und sie betreuen?**

Bei Kindern unter zehn Jahren vermeiden Sie bitte soweit wie möglich engeren Kontakt (z. B. Umarmen oder auf dem Schoß halten). Da das Risiko bei kleineren Kindern größer ist als bei Erwachsenen, gehen Sie auf Nummer sicher und vermeiden Sie unnötigen Kontakt noch bis zum oben genannten Datum.

- **Was ist bei Kleinkindern zu beachten?**

Kinder unter zwei Jahren sollten von jemand anderem betreut werden, etwa von Verwandten oder Freunden.

- **Was ist, wenn ich in einem Kindergarten oder einer Grundschule arbeite?**

Kindergartenpersonal oder andere Personen, die während der Arbeit in engerem Kontakt mit kleineren Kindern stehen, sollten mit der Arbeit aussetzen.

Patientenaufkleber

Ich habe die vorstehenden Empfehlungen für das Verhalten von Patienten nach der Behandlung mit Radioiod (Seite 1-2) sorgfältig gelesen und verstanden.

Für die Verhaltensmaßregeln wurden folgende Zeiträume vereinbart:

Erwachsene:	Woche(n)
Schwangere und Kinder:	Woche(n)

Folgende Besonderheiten wurden besprochen

Unterschrift Patient

Datum

Unterschrift Arzt/Ärztin