



Empfehlungen zum Verhalten von Patienten nach Therapie mit radioaktivem Iod

(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 mehrere Wochen 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:

Welches ist die wichtigste Maßnahme?

Halten Sie zu allen Personen zu Hause oder an Ihrem Arbeitsplatz möglichst einen Mindestabstand von einem Meter ein. Bei längeren Aufenthalten (mehr als eine Stunde) halten Sie bitte einen Abstand von zwei Metern ein.

Die folgenden Punkte 1. – 4. gelten für Sie bis zum _____

1. 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.

2. Was ist bei Kleinkindern zu beachten?

Kinder unter zwei Jahren sollten von jemandem anders betreut werden, etwa von Verwandten oder Freunden.

3. 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.



Empfehlungen zum Verhalten von Patienten nach Therapie mit radioaktivem Iod

4. 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 in getrennten Betten schlafen. Zwischen den Betten sollten zwei Meter Abstand sein, auch wenn eine Wand dazwischen liegt. Wohnungswände gewährleisten keinen wirksamen Schutz gegen diese Art der Strahlung.

Die folgenden Punkte 5. – 7. sind generell zu beachten.

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

Ein Teil des Iods kann längere Zeit in Ihrem Körper verbleiben. Sie sollten deshalb während der nächsten vier Monate nicht schwanger werden/Kinder zeugen.

6. Darf ich weiter stillen?

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

7. Gelten die Vorkehrungen gegenüber Menschen über 60?

Nein. Bei Menschen über 60 Jahren ist das Strahlenrisiko sehr viel geringer. Besondere Vorsichtsmaßnahmen sind daher hier weit weniger wichtig.

Die folgenden Punkte 8. – 15. sind bis zum _____ / nicht mehr zu beachten:

8. Darf ich Besuch empfangen?

Kurzbesuche - weniger als zwei Stunden - sind unproblematisch. Halten Sie einen Abstand von etwa zwei Metern ein und vermeiden Sie möglichst engeren Kontakt. Besuche durch Kleinkinder und Schwangere sollten unterbleiben.

9. Darf ich wieder zur Arbeit gehen?

Die meisten Menschen dürfen wieder arbeiten. Halten Sie sich arbeitsbedingt länger als zwei Stunden pro Tag in einem kürzeren Abstand als zwei Meter zu der oder den gleichen Personen auf, sollten Sie Ihren Arzt um Rat fragen.

10. 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. Für wie lange, sagt Ihnen Ihr Arzt.



Empfehlungen zum Verhalten von Patienten nach Therapie mit radioaktivem Iod

11. Darf ich ins Kino oder zu sonstigen Veranstaltungen gehen?

Besser nicht. Vermeiden Sie Kinobesuche und Veranstaltungen, wo Sie sich länger als eine Stunde in der Nähe anderer Menschen aufhalten.

12. 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. Bei längeren Fahrten fragen Sie bitte Ihren Arzt.

13. Was ist mit Taxifahrten?

Nehmen Sie dann hinten an der dem Fahrer entgegengesetzten Seite Platz. Fahren Sie mit demselben Taxifahrer nicht länger als zwei Stunden.

14. 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.

15. 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.

Generell sind noch folgende Punkte zu beachten:

16. 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.

17. Medikation und Kontrolluntersuchungen nach Radioiodtherapie

Durch die Radioiodtherapie wurden autonome Anteile der Schilddrüse beseitigt und/oder die gesamte Schilddrüse verkleinert. Während nach einer Schilddrüsenoperation meist eine lebenslange Einnahme von Schilddrüsenhormon (oder Iodid) erforderlich wird, ist dies nach der Radioiodtherapie nicht immer der Fall.



Empfehlungen zum Verhalten von Patienten nach Therapie mit radioaktivem Iod

Bei Patienten mit **Morbus Basedow** ist das Ziel der Radioiodtherapie, die Schilddrüse möglichst ganz auszuschalten. In diesem Fall ist eine lebenslange Einnahme von Schilddrüsenhormon erforderlich. Die entsprechenden Medikamente sind risikolos, von Zeit zu Zeit muss die Dosis kontrolliert werden.

Bei Patienten, die wegen einer **Schilddrüsenautonomie** bzw. einer **Struma** mit Radioiod behandelt wurden, ist die Einnahme von Schilddrüsenhormon oder ggf. Iodid nicht in jedem Fall erforderlich. Ob dies notwendig wird, stellt sich bei entsprechenden Kontrolluntersuchungen meist erst etwa 3-6 Monate nach der Radioiodtherapie heraus.

Auch wenn Sie kein Schilddrüsenhormon einnehmen müssen, sind **regelmäßige Kontrolluntersuchungen** erforderlich (z.B. in jährlichen Abständen), da es noch nach Jahren trotz bisher unauffälliger Schilddrüsenfunktion zu einer von Ihnen nicht bemerkten Neigung zur Schilddrüsenunterfunktion kommen kann. Diese kann nur durch Laboruntersuchungen festgestellt werden und muss dann lebenslang mit Schilddrüsenhormonen behandelt werden. Negative Begleiterscheinungen oder Folgen sind durch diese Langzeitmedikation nicht zu befürchten. Setzen Sie diese Medikation bitte auch nicht über kurze Zeit ab (z. B. während des Urlaubs). Regelmäßige Kontrollen gewährleisten eine optimale Einstellung.

Wird Ihnen von dritter Seite empfohlen, die Schilddrüsenmedikamente abzusetzen, fragen Sie bitte in jedem Fall bei uns nochmals nach.

Falls Ihrerseits noch weitere Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte an den Arzt (Stationsarzt), der die Radioiodtherapie bei Ihnen durchgeführt hat. Die Anschrift und die Telefonnummer entnehmen Sie bitte dem Kopf dieses Merkblattes.

Nach Ablauf der oben genannten Fristen können Sie sich völlig uneingeschränkt verhalten!



**Empfehlungen zum Verhalten von Patienten
nach Therapie mit radioaktivem Iod**

Ich habe die vorstehenden Anweisungen für das Verhalten von Patienten nach der Behandlung mit Radioiod (Seite 1-4) sorgfältig gelesen und verstanden.

Folgende Besonderheiten wurden besprochen:

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

(Unterschrift Patient)

(Datum)

(Unterschrift Arzt)