



# **GHIDUL**

**PACIENTULUI INTERNAT  
PENTRU TRATAMENTUL CU  
IOD RADIOACTIV**

## **CUPRINS**

-  **INTRODUCERE**
-  **IODUL RADIOACTIV**
-  **DIETA SĂRACĂ ÎN IOD**
-  **ÎNTRERUPEREA TRATAMENTULUI HORMONAL TIROIDIAN**
-  **SARCINA**
-  **INTERNAREA**
-  **EXTERNAREA**
-  **RECOMADĂRI LA EXTERNARE**
-  **ÎNTREBĂRI ȘI NELĂMURIRI**

## INTRODUCERE

Tratamentul cu Iod radioactiv ( $^{131}\text{I}$ ) completează tratamentul cancerului tiroidian după intervenția chirurgicală suferită anterior. Acest tratament asigură distrugerea oricărui țesut tiroidian restant post - operator pe care chirurgia nu a reușit să elimine în întregime.

Tiroida este singurul organ care captează complet iodul, restul organelor având doar o captare minimă. Iodul ce nu a fost captat de tiroidă este eliminat din organism prin urină, materii fecale, transpirație.

Această broșură are rolul de a răspunde întrebărilor dumneavoastră, sperând să aducem lămuriri complete în ceea ce privește această procedură. La sfârșitul broșurii veți găsi date de contact pentru lămuriri suplimentare.

**TRATAMENTUL CONSTĂ ÎN  
ÎNGHIȚIREA UNEI CAPSULE CU APĂ**

## IODUL RADIOACTIV

Iodul folosit în tratamentul cancerului tiroidian este numit Iod  $^{131}$  și emite două tipuri de radiații: unul iradiază orice țesut tiroidian restant după operație, oprește activitatea celulei tiroidiene și o distruge, fără afectarea organelor și țesuturilor din vecinătatea tiroidei. Celălalt tip de radiații poate fi comparat cu radiațiile X din radiografii.

Pentru că sunt implicate radiații, veți fi tratat și monitorizat în spital, sub strictă supraveghere și izolare astfel încât să minimizăm expunerea altor persoane.

**Nu există alergii la iodul radioactiv**, nu este același produs din substanțele de contrast sau iod organic.

## DIETA SĂRACĂ ÎN IOD

Pentru ca tratamentul cu iod radioactiv să funcționeze bine, este necesar ca *dieta dumneavoastră să fie săracă în iod cu 2 săptămâni înainte de programare*. Această dieta săracă în iod are rolul de a facilita absorbția cât mai bună a iodului radioactiv.

Este bine de știut că efectuarea ***computer tomograf cu substanță de contrast*** sau utilizarea ***medicamentelor ce conțin iod (iod povidonă – Betadine<sup>®</sup>, tinctură de iod, soluție Lugol, iodura de potasiu, spirulina)*** trebuie evitate cu **cel puțin 3 luni înainte de internare**.

Iodul este întâlnit în diferite alimente în cantități variabile. Sursele alimentare cele mai bogate în iod sunt preparatele din *pește de mare/ocean, fructe de mare, lactate, ouă și sarea iodată*.

Reluarea alimentației normale se poate face la 24 de ore după tratamentul cu iod radioactiv.

Dacă din greșală ați consumat un aliment bogat în iod înainte de procedură, este foarte puțin probabil să afecteze tratamentul, însă vă rugăm să continuați dieta săracă în iod. Pentru a vă orienta ce alimente trebuie să consumați, consultați tabelele de mai jos.

**ALIMENTE PERMISE  
(ALIMENTE CU CONȚINUT SCĂZUT DE IOD)**

- ✓ Fructe/legume proaspete sau congelate, inclusiv cartofi
- ✓ Legume verzi gătit
- ✓ Carne refrigerată/congelată
- ✓ Sare de masă **FĂRĂ iod**
- ✓ Ulei măslina, floarea soarelui, din diverse semințe
- ✓ Apă, băuturi acidulate/neacidulate, suc de fructe, alcool
- ✓ Ceai, cafea fără lapte
- ✓ Lapte de soia, migdale, cocos – atenția la conținutul de caragenan, un derivat din alge marine ce conține iod
- ✓ Ciocolată neagră cu conținut min. 70%, cacao

**ALIMENTE CONSUMATE ÎN CANTITĂȚI MICI  
(CONȚINUT MODERAT DE IOD)**

- ✗ Laptele – maxim 25 ml/zi (5 -7 lingurițe/zi)
- ✗ Unt – o linguriță 5g/zi
- ✗ Brânză – 25 g/ săptămână
- ✗ Iaurt, înghețată – o porție/ săptămână
- ✗ Ou – 1/ săptămână
- ✗ Limitate produsele ce conțin ou – maioneze, sosuri

1. Întrerupere *Levothyroxina* : **Euthyrox<sup>®</sup>, Novothyral<sup>®</sup> ACCU THYROX<sup>®</sup>**

- Cu **2 - 4 - 6 săptămâni** înainte de internare, în funcție de TSH, trebuie să **OPRIȚI** tratamentul cu **EUTHYROX**

- O să vă simțiți mai *obosit, slăbit, constipat, cu senzație de frig și concentrare redusă* simptome ce vor dispărea la reluarea tratamentului cu Levothyroxină după externarea din spital.

**ALIMENTE DE EVITAT (CU CONȚINUT MARE DE IOD)**

- ✗ Pește marin, fructe de mare, alge, extracte de alge**
- ✗ Legumele crude de tip spanac, broccoli, varză, conopidă**
- ✗ Torturi, dulciuri cu conținut ridicat de unt și ouă**
- ✗ Ciocolata cu lapte și ciocolata albă**
- ✗ Fast-food conținut ridicat de sare**
- ✗ Sarea IODATĂ**
- ✗ Nuci**
- ✗ Suplimente alimentare (propolis, spirulina), vitamine ce conțin iod, cu excepția celor prescrise de medicul curant (exemplu Vitamina D)**

## ÎNTRERUPEREA TRATAMENTULUI HORMONAL TIROIDIAN

Pentru ca iodul radioactiv să-și facă efectul trebuie ca înainte de internare tratamentul cu hormoni tiroidieni să fie întrerupt conform schemei de mai jos.

Dacă nu se dorește întreruperea tratamentului cu hormoni tiroidieni se poate administra Thyrogen® conform schemei de mai jos.

2. **Thyrogen®** (injecție cu TSH – hormon stimulant tiroidian)

*Ziua 1 – prima injecție intramusculară*

*Ziua 2 – a doua injecție intramusculară*

*Ziua 3 – recoltare analize apoi administrarea pastilei de iod radioactiv*

Veți putea simți ușoară *greață* sau ușoară *cefalee*

Este necesară și întreruperea suplimentelor alimentare sau alte vitamine cu **2 săptămâni** înainte.

Dacă urmați tratament cu **Vitamina D și Calciu** **NU** întrerupeți tratamentul decât la recomandarea medicului curant.

**Medicația cronică** (ex. Hipertensiune, Diabet zaharat etc.) *trebuie continuată inclusiv pe parcursul internării*. Vă rugăm să aveți la dumneavoastră toată medicația, astfel la internare să vă puteți continua tratamentul.

În cazul în care urmați tratament cu **AMIODARONĂ (CORDARONE)**, medicament bogat în iod, anunțați medicul curant din timp în vederea întreruperii acestui medicament.

## SARCINA

Tratamentul cu iod radioactiv este **INTERZIS femeilor însărcinate**. În cazul în care femeile de vârstă fertilă nu sunt sigure de prezența unei sarcini, se va efectua un test de sarcină în prealabil. O altă precauție, programarea va fi făcută în primele 10 zile de la ultimul ciclu menstrual (10 zile numărate de la prima zi a menstruației).

**ALĂPTAREA TREBUIE ÎNTRERUPTĂ CU  
6-8 SĂPTĂMÂNI ÎNAINTEA  
TRATAMENTULUI CU IOD, FIIND  
INTERZISĂ RELUAREA ALĂPTĂRII  
DUPĂ ACEST TRATAMENT**

Se recomandă evitarea unei sarcini după tratamentul cu iod radioactiv timp de **cel puțin 6 luni** la femei. Fertilitatea femeilor nu este afectată pe termen lung.

Bărbații care au urmat tratament cu iod radioactiv vor utiliza metode de contracepție (prezervativ) timp de **6 luni** după terapie.

## INTERNAREA

În ziua internării se vor *recolta analize pe nemâncate*. Vi se vor explica exact pașii următorii internării.



Tratamentul cu iod radioactiv constă în înghițirea unei capsule, fără un gust particular, administrat cu un pahar mare de apă.

Cu **2 ore înainte** de administrarea capsulei NU trebuie să mâncați, iar cu **1 oră după** tratament NU trebuie să mâncați nici să beți lichide, astfel capsula să fie cât mai bine absorbită.

După 1 oră de la tratament trebuie să beți cât mai multe lichide (**3 litri/zi**) și să consumați stimulatori ai glandelor salivare: *bomboane acrișoare, gumă de mestecat sau lămâie* pentru eliminarea iodului.

Internarea durează aproximativ **2 - 5 zile**. În cazul unei doze mici de iod radioactiv, cum este cazul hipertiroiziilor, internarea poate dura chiar **2 zile**.

Nu trebuie să uitați că odată cu eliminarea iodului radioactiv prin urină, materii fecale, transpirație, vărsături acestea devin radioactive, astfel aveți nevoie de **măsuri suplimentare de PRECAUTIE**:

- ✓ **Bărbații sunt obligați să urineze din șezut**
- ✓ **După orice utilizare a toaletei, apa se va trage de două ori**
- ✓ **După orice utilizare a toaletei sunteți obligați să vă spălați riguros pe mâini**
- ✓ **Vă veți șterge pe mâini doar cu șervete de unică folosință de hârtie, aruncate apoi la coșul de gunoi**
- ✓ **În salon și în baie utilizați încălțăminte**

- ✓ Utilizați dușul cât mai des, deoarece iodul radioactiv se elimină și prin transpirație
- ✓ Dacă suferiți de incontinență urinară/materii fecale vă rugăm anunțați personalul pentru ca salonul să fie pregătit riguros pentru următorii pacienți
- ✓ Hainele purtate pe parcursul internării vor fi distruse, astfel vă încurajăm să purtați cât mai puține perechi iar acestea să fie din garderoba veche. Hainele vor fi predate la externare și vor fi distruse.
- ✓ Camera va fi curățată la externarea dumneavoastră pentru a nu expune personalul la radiații suplimentare.

**Ce aveți VOIE să luați cu dumneavoastră în salon!**

**Haine vechi – pijamale, papuci de casă**

**Medicația de acasă pentru continuarea tratamentului cât timp sunteți internat**

**Mici cantități de pastă de dinți, periuță, produse de igienă orală și personală - prosop**

**Ochelari de vedere (INTERZIS LENTILE de contact) – nu uitați să ștergeți ochelarii la externare**

**Reviste, tabletă, telefon, laptop – electronice ce vor fi acoperite cu un material de protecție**

**Lucrurile vor fi testate la externare privind radioactivitatea**

**FUMATUL ESTE STRICT INTERZIS PE PARCURSUL INTERNĂRII!**

### **POSIBILE EFECTE ADVERSE**

Majoritatea pacienților nu au efecte adverse de la capsula cu iod radioactiv, însă unii pacienți pot resimți pe **termen scurt**:

- *Ușoară durere în zona gâtului, durere ce cedează imediat la antalgic și antiinflamator*
  - *Greață după câteva ore de la administrarea capsulei – remisă sub tratament*
  - *Afectarea gustului și senzație de gură uscată – efect ce poate dura până la câteva săptămâni.*
- Consumul multor lichide poate diminua considerabil acest efect!**

**Efecte adverse pe termen lung se pot întâlni doar în cazul procedurilor REPETATE (peste 4 - 6) de iod radioactiv:**

- Persistența senzației de gură uscată
- Infertilitate dacă tratamentul este repetat de multe ori
- Fibroză pulmonară – la o doză cumulată mare de iod în cazul pacienților cunoscuți cu afectare pulmonară
- Risc foarte scăzut de leucemie - în cazul dozelor mari cumulate de iod radioactiv

## EXTERNAREA

Externarea va avea loc când măsurătorile radioactivității indică o valoare sub limita admisă de autorități.

În aceste condiții, chiar dacă sunteți externat, încă mai eliminați mici cantități de radiații astfel trebuie să urmați regulile impuse pentru a proteja pe cei din jurul dumneavoastră.

La externare **CONTINUAȚI** tratamentul cu **EUTHYROX®!**

Expunerea celor din jur la radiații scade cu cât distanța păstrată este mai mare. O distanță de **1 metru** este necesară, iar dacă contactul va fi *mai lung de 1 oră* atunci este bine să păstrați distanța de **2 metri**.

Această distanță trebuie păstrată timp de **5 zile de la externare**. Evitați contactul cu *femeile însărcinate și copiii* timp de **7 zile** după externare.

După tratamentul cu iod radioactiv se va efectua o scintigramă de control ce utilizează iodul deja administrat ca tratament, fără alte substanțe adiționale administrate. Scintigrama are o durată de **aproximativ 1 oră**.

## REGULI LA EXTERNARE FAȚĂ DE PARTENER:

Evitați contactul sexual timp de **5 zile după externare**

**Trebuie să dormiți în camere separate la o distanță de minim 2 metri timp de 2 zile**

**Folosiți metode contraceptive timp de 6 luni dacă sunteți de vârstă fertilă**

**Dacă partenera este însărcinată, nu trebuie să stați în aceeași casă timp de 7 zile**

**Distanța de 1 metru trebuie păstrată cu persoanele din jur, sau 2 metri în cazul depășii unei ore. Simpla strângere de mână nu implică niciun risc pentru cei expuși.**

**Copiii cu vârsta sub 6 ani trebuie îndepărtați de dumneavoastră, nu trebuie să locuiți cu ei în aceeași casă timp de 7 zile de la externare.**

## **REGULI LA EXTERNARE FAȚĂ DE COPII:**

**Alăptarea copiilor trebuie întreruptă cu 6-8 săptămâni înainte și STRICT INTERZISĂ după tratamentul cu iod radioactiv.**

## **REGULI LA EXTERNARE FAȚĂ DE VIZITATORI:**

**Contactul cu femeile însărcinate și copiii sub 6 ani trebuie evitat timp de 7 zile.**

## **REGULI LA EXTERNARE: IGIENĂ PERSONALĂ:**

### **REGULI LA EXTERNARE ÎN ZONELE AGLOMERATE:**

**EVITAȚI spațiile aglomerate unde nu puteți menține regula distanței față de cei din jur, în special față de femei însărcinate și copii (ex. cinema, restaurante, teatru, coafor)**

Dacă în acest timp de 5-7 zile după tratament este necesară o vizită medicală, vă rugăm anunțați medicul despre expunerea la radiații astfel să puteți proteja pe ceilalți pacienți și personalul medical.

Evitați transportul în comun timp de 7 zile. Dacă acest lucru nu este posibil, evitați călătoriile mai lungi de 1 oră și vă așezați la o distanță considerabilă de ceilalți pasageri.

- Vă puteți întoarce la muncă în funcție de starea dumneavoastră generală, după cele 5-7 zile de la externare.
- Dacă aveți plănuită o călătorie cu avionul la scurtă vreme de la externare, trebuie să aveți la dumneavoastră documentele medicale justificatoare. Aparatele din aeroport pot detecta surse minime de radiații.



- Urinați din șezut pentru nu a contamina baia
- Curățați toaleta după fiecare utilizare, trageți apa de două ori
- Spălați mâinile cu apă și săpun imediat după folosirea toaletei
- Aceste reguli trebuie respectate timp de 5 zile după externare oriunde vă veți afla
- Obiectele de igienă personală, inclusiv prosoape trebuie folosite doar de dumneavoastră în acest interval de timp. După spălarea separată a prosoapelor și lenjeriilor, acestea pot fi folosite și de ceilalți.
- Ustensilele de bucătărie: tacâmuri, pahare, căni după folosire trebuie utilizare doar de dumneavoastră până la spălarea lor. După ce vor fi spălate, pot fi folosite si de ceilalți.

## ÎNTREBĂRI ȘI NELĂMURIRI

Pentru orice întrebări sau nelămuriri nu ezitați să contactați:

**DEPARTAMENTUL DE  
ENDOCRINOLOGIE: INTERIOR 454**

**Email: [endocrinologieiro@gmail.com](mailto:endocrinologieiro@gmail.com)**

**DEPARTAMENTUL DE MEDICINĂ  
NUCLEARĂ INTERIOR:401**

## REZUMAT GHID PACIENT TRATAT CU IOD RADIOACTIV

### **1. DOCUMENTE NECESARE INTERNĂRII**

- Card de sănătate sau adeverință înlocuitoare;
- Carte de identitate/ buletin de identitate;
- Bilet de trimitere de la medicul de familie/ medic specialist;
- Biletele de externare din spital și rezultatul analizelor – endocrinologie, chirurgie, alte specialități;
- Rezultatul anatomopatologic de la operație (original + copie).

### **2. PREGĂTIREA ÎNAINTE DE INTERNARE**

1. **STOP Euthyrox<sup>®</sup>, Novothyral<sup>®</sup> ACCU THYROX<sup>®</sup>** timp de 2-4-6 săptămâni înainte, la recomandarea medicului, în funcție de valoarea TSH.

- ❖ **ATENȚIE** la medicamentele cu conținut de iod (**amiodaronă, tinctură de iod, soluție Lugol, iodură de potasiu, Betadine®**) și computer tomograf cu substanță de contrast iodată – **EVITATE** timp de **3 luni** înainte de internare (detalii în ghid).
- ❖ **Dietă săracă în iod** cu 2 săptămâni înaintea internării (detalii în ghid).

### 3. INTERNAREA

- Durata internării este în funcție de dozimetria fiecărui pacient (2-5 zile).
- Lucruri necesare: pijama, papuci de casă, igienă orală și personală, lichide din abundență, bomboane acrișoare/gumă de mestecat/lămâie, reviste.
- Urmarea cu strictețe a regulilor salonului (vezi ghid).
- **Tratamentul este CONTRAINDICAT** pentru femei gravide și femei ce alăptează!

### 4. EXTERNAREA

- ✓ Respectarea distanței față de celelalte persoane (1 metru sau 2 metri) și evitarea contactului cu femei însărcinate și copii timp de 5 respectiv 7 zile.
- ✓ Respectarea regulilor la externare privind contactul cu familia, vizitatori, locuri aglomerate, transportul în comun (vezi ghid).

## **Cel mai bun tratament împotriva cancerului rămâne PREVENȚIA!**

Daca ai între 25-29 de ani vino pentru un test Babeș-Papanicolaou GRATUIT

\*inclusiv pentru persoanele neasigurate (fara bilet de trimitere sau card de sănătate).

Dacă ai între 30-64 de ani vino pentru testarea HPV GRATUIT

\*inclusiv pentru persoanele neasigurate (fara bilet de trimitere sau card de sănătate).



**INSTITUTUL REGIONAL DE ONCOLOGIE IAȘI**

**Adresa: Str. General Henri Mathias Berthelot, Nr.2-4, Iași**

**Telefon: 0374 468 468, 0751 193 788**

**Email: [programari@iroiasi.ro](mailto:programari@iroiasi.ro)**