



Памятка для пациентов отделения ОРНД (радиоiodтерапия при раке щитовидной железы)

Уважаемый, пациент!

Вам планируется лечение радиоактивным йодом. С целью лучшей адаптации в отделении мы создали ряд рекомендаций необходимых для соблюдения закрытого режима. Надеемся, что наша памятка ответит на многие ваши вопросы.

● Принимая радиоактивный йод, используемый для вашего лечения, Вы сами становитесь источником ионизирующего излучения. Чтобы снизить риск облучения окружающих Вы будете размещены в отдельной палате или в палате с пациентом, имеющим аналогичное заболевание.

● Согласно действующему законодательству, с момента получения радиоактивного йода и до момента получения выписки из истории болезни Вы являетесь источником радиоактивного излучения, а Ваши личные вещи и отходы, включая выдыхаемый воздух, мочу и кал - радиоактивными отходами.

● При этом единственное место, где Вы, в соответствии с законом «О радиационной безопасности населения» можете находиться — **это специализированная палата отделения радиотерапии.**

● Соответственно, если Вы самовольно покидаете предназначенную для Вас палату, вне зависимости от причины, Вы сознательно становитесь незаконным хранителем и пользователем радиоактивных веществ, что в соответствии со статьей 220 УК может повлечь за собой лишение свободы на срок до двух лет.

● С целью недопущения распространения Вами радиоактивных отходов, сотрудники отделения будут обязаны сообщить о самовольном покидании Вами закрытой зоны в органы внутренних дел, разгласив при этом причину Вашего нахождения на закрытом режиме.



Подготовка к лечению

- Л-тироксин, используемый для лечения рака щитовидной железы после операции, препятствует лечению или обследованию с радиоактивным йодом. Учитывая это, **Вам необходимо прекратить принимать его за 4 недели дней до планируемой госпитализации.**
- Многие микстуры от кашля, минеральные и пищевые добавки, а также сердечные средства содержат значительное количество йода. Последний захватывается клетками щитовидной железы, что может снизить эффективность лечения. **За две недели до лечения прекратите прием таких препаратов** (бром-седативные микстуры, прием гормональных препаратов-тиреоидные, гипофизарные, половые гормоны, кортикостероиды).
- При приеме препаратов кальция необходимо отказаться от использования в течение 1 месяца до лечения "морского кальция". Пожалуйста, принесите с собой любые другие таблетки и лекарства, которые Вы принимали в последние 4 недели, и покажите их Вашему лечащему врачу.
- За три дня до проведения радиоiodтерапии начать прием мотилиума – по 1 таблетке (10мг) x 3р/сут. за 15-30 мин до приема пищи.
- Исключить применение раствора йода наружно (в том числе раствор Люголя).
- Исключить все рентгеновские исследования с контрастом на основе йода за 3 месяца до лечения.
- Соблюдение в течении 2х недель диеты с низким содержанием йода:

ИСКЛЮЧИТЬ:

- Йодированную, морскую соль, а также содержащее вещество продукты;
- Морские водоросли, морепродукты, а также блюда, содержащие морские добавки - агар-агар, альгин, нори, альгинат;
- Молочные продукты;
- Яйца, желтки;
- Выпечку из теста с йодом;
- Еритрозин (красный краситель E3 или E127);
- Молочный и белый шоколад;
- Соевые продукты;
- Витамины и БАДы, содержащие йод.

ПЕРЕД ЛЕЧЕНИЕМ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ РАДИОАКТИВНЫМ ЙОДОМ МОЖНО БЕЗ ОГРАНИЧЕНИЙ УПОТРЕБЛЯТЬ:

- Свежие овощи и фрукты;
- Несолёные орехи и ореховое масло;
- 140 грамм свежего мяса в день;
- Крупу/зерновые продукты;
- Мед, сахар, желе, кленовый сироп;
- Газировку, кофе, колу, лимонады, фруктовые соки.



Основные правила пребывания в отделении

- Все посетители после приема радиоактивного йода исключаются. Единственное общение с посетителями возможно через медперсонал и передачи.
- Вы не должны передавать им что-либо, включая остатки продовольствия, напитки, печатную продукцию или одежду. Пожалуйста, спросите медперсонал при возникших сомнениях по поводу того или иного предмета.
- Беременным и детям до 18 лет запрещаются любые посещения пациентов, получающих как лечение, так и обследование с радиоактивным йодом.
- Возьмите с собой строго необходимые личные вещи - два комплекта нижнего белья, тапочки, домашнюю одежду (халат или спортивный костюм). В одном Вы будете проходить обследование до и после лечения, а в другом Вы будете находиться в палате в процессе лечения. Нужно учесть, что второй комплект одежды, нижнего белья и тапочки Вам придется оставить, так как после лечения они будут утилизированы!
- Тапочки, все необходимое для душа (из расчета пятидневной необходимости): шампунь, мыло, мочалку, полотенце упакуйте в полиэтиленовый пакет.
- Также разрешается брать то, что можно промыть в проточной воде (очки и т.д.)
- Книги и журналы после лечения останутся также в палате.
- Герметично упакуйте сотовый телефон в полиэтиленовый пакет, а после выхода снимите его, но возможности дополнительной подзарядки у Вас не будет (придется экономить батарею, периодически отключая аппарат).
- Если Вы длительно принимаете лекарства, необходимые для лечения других заболеваний (сердечные, сахароснижающие), следует иметь с собой 5-7-дневный резерв, поскольку их может не оказаться в нашей аптеке.
- Ценные вещи (ключи, банковские карты, украшения) для временного хранения в сейфе будут запакованы в вашем присутствии, описаны и переданы на хранение старшей сестре.



Правила нахождения в палате

- После приема радиоактивного йода внутрь вы будете переведены в палату.
- **Разговаривать с персоналом в этот момент запрещается.**
- При первой же возможности прополощите рот и выпейте 50 мл минеральной воды.
- **В вашей палате установлена специальная вакуумная канализация.** Инструкция по использованию прикреплена вблизи каждого санузла. Расход воды должен быть максимально экономичным. Стараться включать источники водоснабжения на максимально короткий период времени.
- Системой предусмотрено посещение душа каждым пациентом 1 раз в сутки. Оба крана (холодной/горячей воды) включаются на 3 минуты нажатием выключателя (красная кнопка старт/стоп), выключаются с помощью повторного нажатия этой же кнопки. Интервал между двумя нажатиями не должен быть больше 10 минут, иначе принятие душа будет считаться законченным.
- Сливная система унитаза работает при нажатии кнопки смыва. Нельзя спускать в смывную систему (унитаз) туалетную бумагу, тряпки, салфетки. При загрязнении стенок унитаза нужно воспользоваться специальным пневматическим пистолетом, прикрепленным на стене. При нажатии ручки пистолета выйдут струя воды под давлением, что позволит достичь желаемого результата.
- В палате установлена система видеонаблюдения. Вся информация передается на пост медицинской сестры. Обратная связь осуществляется при помощи переговорного устройства, прикрепленного на стену помещения.
- В случае экстренной ситуации (резкое ухудшение общего самочувствия, пожара, потоп и тд.) необходимо воспользоваться кнопкой на панели переговорного устройства для вызова медперсонала.
- Вы должны быть предварительно обязательно переодеты в больничное белье (второй комплект одежды).
- При осуществлении утреннего туалета или пользовании водой, умываясь и при чистке зубов, следите, чтобы вода не разбрызгивалась вне раковины умывальника.
- Обязательно тщательно прополаскивайте Вашу зубную щетку после каждого использования.
- При посещении санузла следите, чтобы моча не разбрызгивалась вне унитаза. Все пациенты (и мужчины) от начала лечения до выписки пользуются унитазом только сидя.
- Если Вы случайно что-то разбрызгали или разлили, пожалуйста, сообщите об этом санитарке или медсестре.
- При тошноте и рвоте пользуйтесь полиэтиленовыми мешками в палате или унитазом, с обязательным сообщением дежурному персоналу. При рвоте в палате - только в мешок, в крайних случаях - на постель, но не в раковину.
- Необходимо мыть руки как перед едой, так и перед другими манипуляциями.
- В отделении предусмотрено пятиразовое питание. Пища доставляется буфетчицей в тамбуры палат. После чего Вы ее самостоятельно забираете, не открывая внешних защитных дверей.
- Грязную посуду и отходы также нужно вынести в тамбур и закрыть за собой пластиковую дверь. Вынос мусора осуществляется аналогичным способом.
- Не пользуйтесь многоразовыми матерчатыми носовыми платками, необходимо иметь одноразовые бумажные.
- Использованную туалетную бумагу выбрасывайте в мусорное ведро.
- Ваша входная дверь должна быть постоянно закрыта.
- **Выход из палаты без ведома персонала запрещен.**
- Жевательную резинку сразу по исчезновению вкуса выбрасывайте в полиэтиленовые пакеты мусорных ведер. Все остатки употребляемой пищи также складывайте только в пакеты.
- Не кормите через открытые окна птиц и животных.
- Стул должен быть регулярным, при его отсутствии сообщите персоналу - Вам предложат слабительные средства.
- До выписки выход из отделения только в бахилах на обуви.



После приема радиоактивного йода

- С целью защиты слизистой желудка за 30 минут до приема изотопа Вам будет дан антацидный препарат.
- В ближайшее время возможно "першение в горле", тошнота, рвота, слабость и отсутствие аппетита, локальная припухлость на шее, позднее возможно обострение хронических заболеваний, явления острого гастрита, цистита.
- Для профилактики развития сialoadенита (воспаление слюнных желез) рекомендуется использование жевательной резинки, леденцов, лимона, прикладывание холодных компрессов и обильное питьё.
- Возможно, также появление временной боли в языке или снижение вкусовой чувствительности.
- Для лучшего всасывания, получения хорошего терапевтического эффекта при меньшей лучевой нагрузке на желудок после приема жидкого радиоизотопа в течение первого часа употреблять дополнительно продукты питания и питье не надо.
- После проглатывания радиоактивного йода он накапливается в щитовидной железе.
- Выведение его осуществляется с мочой, калом, слюной, потом и дыханием. В результате, радиоактивность может оседать на окружающих предметах: одежде, постели, стенах и личных вещах - на всем, с чем Вы соприкасаетесь.

**Учитывая это, необходимо придерживаться
основных правил пребывания в отделении
и нахождения в палате.**





Длительность пребывания в больнице

- Длительность Вашего пребывания в нашей клинике будет зависеть от полученной дозы радиоiodа.
- С 3-х суток от начала лечения дозиметрист будет делать ежедневные замеры - измерения радиоактивности, остающейся в Вашем теле. Полученные данные сообщаются врачу и медсестре. Когда уровень радиоактивного йода станет достаточно низким, Вы будете выписаны.
- Средняя длительность пребывания в больнице составляет от 3 до 5 дней. Как скоро Вы сможете вернуться домой, зависит только от уровня остаточной радиоактивности в Вашем теле. Большая часть радиоактивных компонентов захватывается щитовидной железой в течение первых 24 часов. Как только радиоактивность в Вашем организме достигла безопасного уровня, по разрешению лечащего врача возможна Ваша выписка.

РЙТ И БЕРЕМЕННОСТЬ

Беременность является абсолютным противопоказанием к обследованию и лечению с применением всех радиоактивных веществ. Если Вам проведено лечение радиоактивным йодом, то женщинам рекомендуется планировать беременность не ранее, чем через год после такого лечения, а мужчинам - не ранее, чем через 2 месяца.

Если у Вас возникли вопросы, не освещенные в прилагаемых разделах, или Вы не понимаете какие-либо выражения - обратитесь к лечащему врачу или любому сотруднику отделения радионуклидной терапии.