Kilpirauhassyövän radiojodihoito ja -kuvaukset

|  |  |
| --- | --- |
| Kuvaus: | Kilpirauhassyövän radiojodihoidon potilasohje hoitoon tulevalle potilaalle |

**Potilaan nimi**: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**Henkilötunnus**: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Hoidon esivalmistelut kotona**

Seuraavien ohjeiden noudattaminen ennen hoitoon tuloa on tärkeää:

1. Thyroxin tauko 4 vko ennen hoitoa alkaen \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / ei taukoa
2. **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** **alkaen** eli kahden viikon ajan ennen radiojodihoitoa on

noudatettava **vähäjodista ruokavaliota** (erillinen ohje

liitteenä), jotta radiojodi kertyy hyvin kohdekudokseen.

1. Hoitoon tulo-ohjeet:

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ klo\_\_\_\_\_\_\_\_\_ osastolle ja sen jälkeen**

 **osastolla** klo **\_\_\_\_\_\_\_ Thyrogen pistos.**

Myös ruokailu osastolla.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ klo\_\_\_\_\_\_\_\_\_ osastolle Thyrogen pistos**

**osastolla** klo **\_\_\_\_\_\_\_.**

Myös ruokailu osastolla.

 **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ klo\_\_\_\_\_\_\_\_\_osastolle,**

**syö aamupala kotona ennen osastolle tuloa,**

**sillä 4 h syömättä ja juomatta olo alkaa klo 8.00**.

* Verikokeet otetaan ennen osastolle tuloa maanantaina ja keskiviikkona.

KYS näytteenotossa, 0. kerros klo 7.15- 9.00. Suositeltavaa on varata aika osoitteesta [www.islab.fi](http://www.islab.fi) tai soittaa ma-pe klo 12-14 puhelin 0447178888. Numeroon voi jättää takaisin soittopyynnön ma-pe klo 12-13.30. Voi tulla myös ilman varausta ja ottamalla vuoronumeron. Tarvittaessa kokeet voidaan ottaa myös osastolla.

 **HUOM!** Ota Thyroxin vasta verikokeiden jälkeen.

* Tarkemmat ilmoittautumisohjeet osastolle hoitoon tuloa varten oheisessa
kutsukirjeessä
* **HUOM!** Eräät röntgentutkimuksissa käytettävät varjoaineet sisältävät jodia ja voivat estää radiojodihoidon onnistumisen useita viikkoja varjoainetutkimuksen jälkeen.

Jos sinulle suunnitellaan varjoainetehosteisia röntgentutkimuksia kerro, että olet menossa radiojodihoitoon.

Ota yhteyttä osastolle, jos Sinulle on tehty varjoainetutkimus, jotta voidaan varmistaa, että radiojodihoito voidaan antaa.

Mikäli sinulla on virtsanpidätysongelmaa ja tähän käytössä vaippoja tai siteitä, ota yhteys hoitavaan yksikköön ennen hoitoa asian huomioimiseksi ja tarkemman ohjeistuksen saamiseksi.

**Hoidon tarkoitus**

Kilpirauhassyövän hoito.

Kilpirauhanen ja huomattava osa kilpirauhassyöpäkudosta keräävät voimakkaasti jodia. Kilpirauhasleikkauksen jälkeen radiojodihoidolla tuhotaan kaikki jäljelle jäänyt kilpirauhaskudos.

**Kuinka hoito tapahtuu**

Hoito annetaan kapselina suun kautta runsaan nestemäärän (vesi) kera.

Hoito toteutetaan sisätautien vuodeosastolla 2106. Radiojodi-kapselin antamisen jälkeen huoneeseesi ei tulla ilman erityistä syytä. Myöskään omaiset eivät voi vierailla luonasi eristysaikana, mistä on syytä kertoa heille etukäteen. Eristysaika kestää 1–5 vuorokautta, tavallisimmin 2–3 vuorokautta. Voit tuoda mukanasi esim. kirjoja, käsitöitä tai tietokoneen. Huoneessa on televisio, radio, puhelin. Ennen hoitoa saa harrastaa liikuntaa.

               **HUOM!!** Hoito peruuntuu, jos esivalmisteluohjeita ei ole noudatettu.

**Ohjeet kapselin annon jälkeen**

1. Ole syömättä vielä 2 tuntia kapselin antamisen jälkeen.

2. Erityisesti kahden ensimmäisen vuorokauden aikana on hyvä juoda runsaasti. Tiheä virtsaaminen nopeuttaa munuaisten kautta erittyvän radiojodin poistumista elimistöstä.

3. Kuitupitoinen ravinto edistää vatsan/suoliston toimintaa, joka on eduksi sädealtistuksen minimoimiseksi. Ummetuksen hoitoon suositellaan vatsantoimintaa edistävää lääkitystä.

4. Vuorokauden kuluttua hoidosta aloita sylkirauhasten toimintaa lisäävien pastillien syönti. Imeskely kiihdyttää syljen eritystä, mikä vähentää sylkirauhasten sädealtistusta. Saat pastillit hoidon antamisen yhteydessä.

5. Hoidon jälkeen on rajoituksia läheiselle kanssakäymiselle toisten ihmisten kanssa, jotta ihmiset, joiden kanssa olet tekemisissä, eivät altistuisi turhaan säteilylle.

Saat kotiutuessasi tarkat säteilysuojeluohjeet, joita kuuluu noudattaa kuvaukseen saakka (tavallisesti 3–4 vuorokautta).

6. Kotiutuessasi saat ajan kilpirauhasen ja yläkehon kuvaukseen.

Kuvauksen yhteydessä mitataan säteilytasosi, ja päivitetään säteilysuojeluohjeet seuraaviksi 0–15 päiväksi. Noudata vähäjodista ruokavaliota kuvaukseen saakka.

**Lisätiedot**

Mikäli sinulla on kysyttävää hoidosta, voit ottaa yhteyttä

* endokrinologian ja kliinisen ravitsemuksen poliklinikka puh 044 717 5020
* soittoajat: ma-ke klo 8 - 9.30 hoitajalle
* osastonsihteeri ma -pe klo 7.30 - 9.30 ja 13-14.30 puh 017-172599
* sisätautiosasto 2106 puh 017 172 690 arkisin ma - pe klo 8 - 15 tai
* isotooppiyksikkö puh 017 173 270 ma - pe

Jos et pääse tulemaan varattuun hoitoon esim. sairastumisen vuoksi, ota yhteyttä,
sisätautiosasto 2106 arkisin ma - pe klo 8-15 puh 017 172 690 tai 044 717 2690 osastonsihteeri tai 0447172692 hoitajat myös iltaisin ja viikonloppuisin.

**VÄHÄJODINEN RUOKAVALIO KILPIRAUHASEN RADIOJODIHOITOa VARTEN**

Kilpirauhanen kerää jodia. Sen vuoksi jodipitoisen ruoan ja ravintovalmisteiden (esim. urheilijoiden ravinto- ja merilevävalmisteet), luontaistuotteiden, jodi- ja monivitamiinivalmisteiden, lääkkeiden (myös antiseptiset ja desinfektiovalmisteet) käyttöä on vältettävä ja vähäjodista ruokavaliota noudatettava 2 viikon ajan ennen kilpirauhasen radiojodihoitoa, ja sen jälkeen kuvaukseen saakka.

Merilevävalmisteita ovat mm. Spirulina, Kelpasan, Kelpamax, Chlorella, Cocovi Spirulina.

**VÄHÄJODINEN RUOKAVALIO**

Jodin saannin pienentämiseksi

- Käytä jodioimatonta suolaa ruoanvalmistuksessa ja leivonnassa. Jodiointi on mainittu myyntipäällyksessä. Jodioimattomia suoloja ovat mm. osa merisuoloista, pöytäsuoloista ja erikoissuoloista (esim. ruususuola, kristallisuola).

- Valitse elintarvikkeita (kts. taulukko seuraavalla sivulla), joiden valmistuksessa ei ole käytetty jodioitua suolaa. Jodioidusta suolasta on maininta ainesosaluettelossa, esim. suola (jodioitu)

- Vältä maitovalmisteita (maito, piimä, viili, jogurtti, rahka, juusto). Maitovalmisteita voi käyttää pieniä määriä kahvissa ja ruoanvalmistuksessa.

- Vältä kalan ja äyriäisten syöntiä

- Vältä kananmunan käyttöä

- Vältä merilevää sisältäviä ruokia esim. japanilaistyyliset misokeitot, sushi- ja wokkiateriat

- Vältä merilevävalmisteiden käyttöä

**JODIN KERTYMÄÄ VÄHENTÄVÄT RUOKA-AINEET (GOITROGEENIT)**

Vältä jodin kertymää heikentäviä ruoka-aineita kypsentämättömänä. Näitä ovat:

- lanttu - porkkana

- nauris - päärynä

- kaalit - persikka

- pinaatti - mansikka

- bataatti - hirssi (myös kypsennettynä)

- maapähkinä

- soijatuotteet

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|   | **Valitse näistä** |  | **Vältä näitä** |
| **Viljavalmisteet** | Leipä, näkkileipä, myslit, murot, puuro- ja vellijauheet, joiden valmistuksessa ei ole käytetty jodioitua suolaa. Jauhot, ryynit, hiutaleet, riisi, pasta.   |  | Leipä, näkkileipä, pullat ja muut leivonnaiset, myslit, murot, puuro- ja vellijauheet, joiden valmistuksessa on käytetty jodioitua suolaa. Sokerikakkupohjaiset muffinit, täytekakut, kääretorttu ym. Hirssi ja hirssiä sisältävät tuotteet.   |
| **Kasvikset ja peruna** | Tuoreet ja pakastetut, keitetty ja uuniperuna, perunasose.  |  | Lanttu, porkkana, nauris, kaalit, pinaatti, bataatti tuoreena. Kasviksista tehdyt ruoat, ranskanperunat ja perunalastut, joiden valmistuksessa on käytetty jodioitua suolaa.  |
| **Marjat ja hedelmät** | Tuoreet ja pakastetut, hillot ja marmeladit.  |  | Mansikka, päärynä, persikka tuoreena. Sokeroidut ja säilötyt kirsikat esim. cocktailkirsikat, joissa E127 (erytrosiini) -väriaine  |
| **Maitovalmisteet** | Pieni määrä maitoa kahvissa ja ruoanvalmistuksessa.  |  | Maito, piimä, viili, jogurtti, rahka, juustot, maitojauhe.  |
| **Liha, broileri, kalkkuna, kala ja****kananmuna** | Marinoimaton liha ja broileri. Leikkeleet ja makkarat, joiden valmistuksessa ei ole käytetty jodioitua suolaa.   |  | Suolattu ja savustettu liha, leikkeleet, joiden valmistuksessa on käytetty jodioitua suolaa. EI KALAA EIKÄ ÄYRIÄISIÄ! VÄLTÄ KANANMUNAA.  |
| **Rasvat** | Kasviöljy. Margariini, rasvaseos tai voi, joiden valmistuksessa ei ole käytetty jodioitua suolaa  |  | Margariini, rasvaseos ja voi, jotka sisältävät jodioitua suolaa  |
| **Muut** | Jodioimatonta suolaa sisältävät soijamaidot ja –kermat kuumennettuna sekä kypsennetyt soijatuotteet (esim. rouhe, pavut, suikaleet). Jodioimatonta suolaa sisältävät kaura- ja riisijuomat sekä jogurtin-, kerman- ja jäätelöntyyppiset kaura- ja riisituotteet.  |  | Suolatut tuotteet, joiden valmistuksessa on käytetty jodioitua suolaa. Esim. liemi-, keitto- ja kastikejauheet, maustekastikkeet, fondit, mauste- ja yrttisuolat, liemikuutiot, soijakastikkeet, grillikastikkeet, suolapähkinät ja muut suolaiset naposteltavat, grilli- ja valmisruoat. Kuumentamattomat soijatuotteet. Merilevätuotteet.  |