Kilpirauhasen liikatoiminnan radiojodihoito (matala annos)

|  |  |
| --- | --- |
| Kuvaus: | Kilpirauhasen liikatoiminnan radiojodihoidon potilasohje  |

**KILPIRAUHASEN LIIKATOIMINNAN RADIOJODIHOITO,**

**ANNOS ALLE 400 MBq (<10 mCi)**

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

**Lääketauot:**

**Lääke:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ tauko: alkaen \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_**

**Vähäjodinen ruokavalio (2 vko ennen hoitoa) alkaen \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_**

**Hoidon tarkoitus**

Hoidon tarkoituksena on paikallisen säteilyn avulla vähentää toimivan kilpirauhaskudoksen määrää. Hoitoaineena on radioaktiivinen jodi (131I), joka hakeutuu nopeasti kilpirauhaseen. Hoitoa ei voida antaa raskaana oleville tai imettäville.

**Esivalmistelut**

Mahdollisessa kilpirauhaslääkityksessä on pidettävä tauko, jonka keston määrittää sinua hoitava lääkäri.

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

Seuraavien ohjeiden huomiointi ennen hoitoa on tärkeää:

1. Kahden viikon ajan ennen radiojodihoitoa on noudatettava vähäjodista ruokavaliota (erillinen ohje), jotta radiojodi kertyy hyvin kohdekudokseen.
2. Eräät röntgentutkimuksissa käytettävät varjoaineet sisältävät jodia ja voivat estää radiojodihoidon onnistumisen. Jos sinulle suunnitellaan röntgentutkimuksia, kerro että olet menossa radiojodihoitoon.

3. Ole syömättä ja juomatta **4 tuntia** ennen hoitoa.

**Kuinka hoito tapahtuu**

Hoito toteutetaan polikliinisesti, ja annetaan kapselina suun kautta runsaan nestemäärän (vesi) kera.

**Ohjeet kapselin annon jälkeen**

1. Ole syömättä vielä 2 tuntia kapselin antamisen jälkeen.

2. Jos jostain syystä voit pahoin ja oksennat muutaman tunnin kuluessa hoidon antamisen jälkeen, pese likaantuneet vaatteet ja pinnat runsaalla vedellä. Ota myös yhteyttä sinua hoitavaan lääkäriin mahdollisimman nopeasti.

3. Erityisesti kahden ensimmäisen vuorokauden aikana on hyvä juoda runsaasti. Virtsarakon tiheä tyhjentäminen nopeuttaa munuaisten kautta erittyvän radiojodin poistumista elimistöstä. Lisäksi on suositeltavaa syödä kuitupitoista ruokaa.

4. Hoidon jälkeen on rajoituksia läheiselle kanssakäymiselle toisten ihmisten kanssa 9 - 21 päivän ajan, jotta ihmiset, joiden kanssa olet tekemisissä, eivät altistuisi ylimääräiselle säteilylle.

**Noudata seuraavia erityisohjeita hoidon jälkeen:**

1. Lasten ja odottavien äitien läheistä kosketusta (alle 2 m) on syytä välttää 9 päivänajan.

2. Lasten ja odottavien äitien yli 3 tuntia kestävää läheistä kosketusta (alle 2 m) on syytä välttää 3 viikon ajan.

3. Raskaaksi tulemista tai lapsen siittämistä on vältettävä vähintään neljän kuukauden ajan hoidon saamisesta, koska säteily saattaa vaurioittaa sukusoluja ja mahdollista sikiötä. Rintaruokinta on lopetettava kokonaan.

**Sairausloman** tarpeen ja pituuden arvioi Teitä hoitava lääkäri.

***Annettu radiolääke ja sen aktiivisuus: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_\_\_\_\_MBq***

***Antopäivä: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_, klo \_\_\_\_\_\_\_\_***

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

**Ulkomaille matkustaminen**

Tulliasemilla on käytössä radioaktiivisuusmittarit. Jos aiotte matkustaa ulkomaille annetun hoidon jälkeen seuraavan kahden kuukauden kuluessa, pyytäkää englanninkielinen todistus annetusta hoidosta. Jos olette matkustamassa Venäjälle, niin hoidon jälkeen ei ole mahdollista matkustaa sinne kahteen (2) viikkoon.

**Hoitopaikka**Puijon sairaala, Pääsairaala, C-aula, 2.kerros, Isotooppilääketiede

Huom! sisääntulokerros on 0-kerros

**Lisätiedot**

Mikäli sinulla on kysyttävää hoidosta, voit ottaa yhteyttä:

kliinisen fysiologian ja isotooppilääketieteen osastoon, puh: 017 - 173 270 tai

endokrinologian ja kliinisen ravitsemuksen poliklinikkaan, puh. 044-7175020 (ma - pe klo 8 – 9.30).

Jos et pääse tulemaan varattuun hoitoon esim. sairastumisen vuoksi, ottakaa yhteys kliinisen fysiologian ja isotooppilääketieteen osastoon, puhelin 017 - 173 270.

**VÄHÄJODINEN RUOKAVALIO radiojodihoitoa varten**

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

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 jakananmuna | 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. |