



# Leefregels na jodiumtherapie

Nucleaire geneeskunde

## **Algemene informatie**

U heeft een behandeling van uw schildklier ondergaan met radioactief jodium. Omdat uw schildklier nog een kleine hoeveelheid radioactieve straling afgeeft is het belangrijk dat u zich aan een aantal leefregels houdt.

## **Het belang van deze leefregels**

Na de behandeling met radioactief jodium geeft uw lichaam nog een kleine hoeveelheid straling af. Dit brengt geen gevaar met zich mee, maar andere personen (kinderen, huisgenoten en medereizigers, etc.) dienen zo weinig mogelijk van deze straling op te vangen. Dit is wettelijk zo vastgesteld.

U wordt daarom dringend verzocht onderstaande leefregels op te volgen. De hoeveelheid straling die anderen, met name uw huisgenoten, op deze manier opvangen, is dan zéér laag en aanvaardbaar.

## **Hoe lang?**

De nucleair geneeskundige heeft met u besproken of u deze leefregels gedurende één of twee weken moet opvolgen. Dit is namelijk onder meer afhankelijk van de hoeveelheid radioactief jodium dat zich in uw lichaam bevindt.

## DE LEEFREGELS:

- Houd afstand

Uw huisgenoten dienen zoveel mogelijk afstand van u te nemen. In ieder geval méér dan een meter, maar bij langdurige aanwezigheid - zoals bij het televisie kijken of tijdens het eten - liefst twee meter of meer. Ga ook niet naar bijeenkomsten waarbij u enige uren vlakbij iemand anders zit, zoals vergaderingen of voorstellingen.

- Toiletbezoek

Bij toiletbezoek moet u altijd zittend plassen. Gebruik steeds toiletpapier, ook als u alleen heeft geplast. Was uw handen als het kan bij het fonteintje in de wc, zodat deurknoppen en dergelijke zo schoon mogelijk blijven.

- Partner

Het is sterk aan te bevelen dat u en uw partner apart slapen, op minstens twee meter afstand van elkaar. Het is nog beter dat u in aparte kamers slaapt. Grenzen die kamers aan elkaar, zorg er dan voor dat de bedden niet tegen dezelfde muur staan opgesteld. Daardoor zou er alsnog te weinig afstand kunnen zijn. Beperk knuffelen en seksueel contact tot maximaal 30 minuten per dag.

Is uw partner boven de zestig jaar, dan hoeven de regels onder 'houd afstand' en 'partner' niet zo strikt te worden nageleefd. Bij personen boven deze leeftijd is de kans op stralingsschade zeer gering. De overige maatregelen dienen echter wel te worden opgevolgd.

- Kinderen

Kinderen beneden de zestien jaar zijn gevoeliger voor straling dan de gemiddelde volwassene. Daarom moet u direct lichamelijk contact vermijden en een zo groot mogelijke afstand tot kleine kinderen bewaren. Heeft u zelf kinderen, laat ze dan door een huisgenoot verzorgen. Is dat niet mogelijk, breng ze dan zolang onder bij familie of vrienden. Houd geen baby's of peuters op schoot.

- Borstvoeding

De borstvoeding is reeds gestaakt vóór de behandeling met radioactief jodium. Hervat deze niet na de behandeling. Na een volgende bevalling kunt u wel weer zonder problemen borstvoeding geven.

- Bezoekers

Bij kortdurend bezoek, bijvoorbeeld een avond of een middag, hoeft u voor bezoekers geen speciale maatregelen te treffen. Blijf wel afstand houden en vermijd direct lichamelijk contact. Bezoek van kleine kinderen en zwangere vrouwen wordt afgeraden.

- Reizen

In de eerste week na de behandeling dient u niet langer dan een half uur per keer met het openbaar vervoer te reizen. Rijdt u met iemand mee in de auto, ga dan zover mogelijk van degene achter het stuur af zitten. Reizen met dezelfde chauffeur moet beperkt blijven tot maximaal twee uur. Dit geldt uiteraard ook voor taxi's. Gaat u binnen nu en twee maanden vliegen? Neem dan contact op met de afdeling nucleaire geneeskunde voor een douaneverklaring (vliegbrief).

- Werk

Na de behandeling met radioactief jodium kunt u in principe gewoon weer aan het werk. Indien u werkzaam bent met kinderen tot 16 jaar of zwangeren moet u echter verzuimen voor de periode dat de gedragsregels voor u gelden. Bewaar op het werk, net als thuis, zo veel mogelijk afstand tot anderen. Overleg in twijfelgevallen altijd met de nucleair geneeskundige.

- Zwangerschap

Het wordt ontraden om het eerste jaar na de jodiumtherapie zwanger te worden. Voor mannelijke patiënten geldt het advies om gedurende een half jaar geen kinderen te verwekken. Als er maatregelen tegen zwangerschap worden genomen is er overigens geen enkel bezwaar tegen seksueel contact. Wel moet u, gedurende de periode van de leefregels, in acht nemen wat onder het kopje 'partner' wordt besproken.

- **Ziekenhuisopname**

Bij opname in een ziekenhuis binnen de periode waarvoor de leefregels gelden, dient u de arts die u behandelt in kennis te stellen van uw recente behandeling met radioactief jodium.

## **Resultaat**

Na de behandeling met radioactief jodium kunt u last krijgen van een gevoelige schildklier en slikklachten. In de meeste gevallen verdwijnen deze klachten op korte termijn. Mochten de klachten aanhouden, neemt u dan contact op met de nucleair geneeskundige of uw huisarts.

Het effect van de therapie kunt u over het algemeen pas verwachten na een aantal weken. Vaak zal uw specialist aan de hand van laboratoriumuitslagen van uw bloed de eerste verschijnselen bemerken en de medicatie eventueel bijstellen.

## **Contact:**

Heeft u voor, tijdens of na het onderzoek vragen, stelt u ze dan gerust.

Wanneer u verhinderd bent, wilt u dit dan tijdig doorgeven?

Op werkdagen zijn wij te bereiken van 08:30 tot 17:00

**Hoorn: T** 0229-257166

**Hoorn: E** nucleairegeneeskunde@dijklander.nl

**Purmerend: T** 0299-457535

**Enkhuizen: T** 0228-312345

**Notities:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

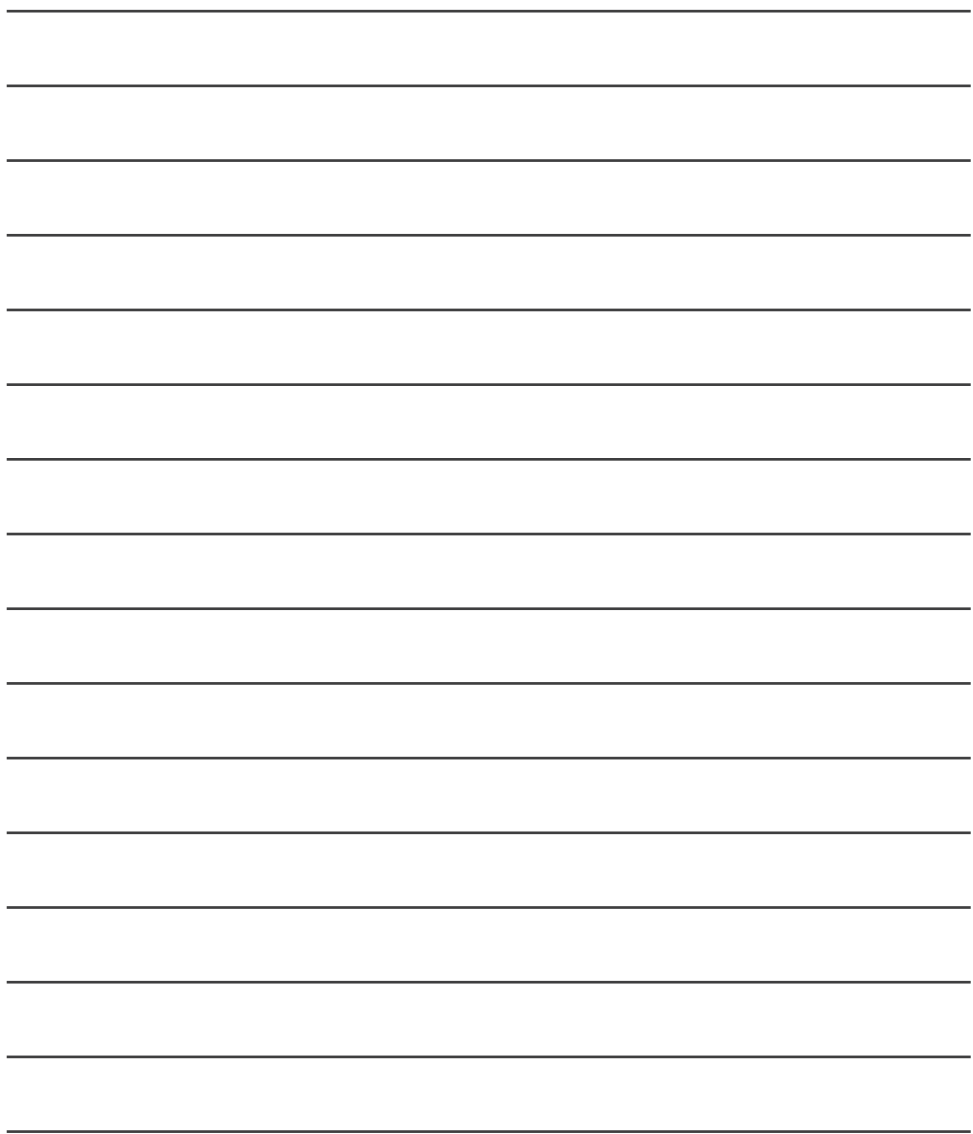
---

---

---

---

---



**Locatie Enkhuizen**

Molenweg 9b  
1601 SR Enkhuizen  
T. 0228 312 345

**Locatie Hoorn**

Maelsonstraat 3  
1624 NP Hoorn  
T. 0229 257 257

**Locatie Purmerend**

Waterlandlaan 250  
1441 RN Purmerend  
T. 0299 457 457

**Locatie Volendam**

Heideweg 1b  
1132 DA Volendam  
T. 0229 257 500

**Postbus 600, 1620 AR Hoorn**

[www.dijklander.nl](http://www.dijklander.nl)  
[info@dijklander.nl](mailto:info@dijklander.nl)



FLD-01245-NL 30-09-2021