

## **Instrucciones generales que deben seguir los pacientes que han recibido tratamiento con $^{131}\text{I}$ por hipertiroidismo.**

Cuando se recibe yodo radiactivo para el tratamiento de un problema de tiroides, parte de la radiación queda en el organismo durante algún tiempo y otra parte se va eliminando por orina, saliva, etc. Por ello, es necesario que adopte Vd. una serie de **precauciones**, en relación con su higiene personal, familia, amigos, compañeros de trabajo, etc. Debe usted tener precaución especial con niños y mujeres embarazadas, ya que son más sensibles a las radiaciones.

A continuación, le presentamos unas normas para aplicar después del tratamiento tanto en su vida familiar como en su trabajo y actividades sociales (transporte, viajes...) durante el tiempo que su médico del Servicio de Medicina Nuclear le indique.

### **1. Relación con niños y mujeres embarazadas**

Evite los contactos innecesarios con niños y embarazadas durante el tiempo de precauciones, y procure estar el menor tiempo posible con ellos a menos de 2 metros durante \_\_\_\_\_ días.

Si trabaja cuidando niños pequeños o ha de mantenerse próxima/o a ellos, debe permanecer de baja laboral durante \_\_\_\_\_ días.

### **2. Embarazo, lactancia y relaciones sexuales**

Si está Vd en **edad fértil** (mujeres y hombres), evite cualquier posibilidad de embarazo o de engendrar hijos en los 6 meses después del tratamiento (su médico de cabecera podrá aconsejarle sobre las medidas anticonceptivas oportunas).

El yodo radiactivo se transmite por la leche materna durante mucho tiempo, por lo que debe suspender definitivamente la lactancia natural antes de efectuarse el tratamiento

Durante \_\_\_\_\_ días, las relaciones sexuales o abrazos no deben exceder de 30 minutos/ día.

### **3. Relación con cualquier adulto en el hogar. Espectáculos, viajes**

Duerma usted solo/a durante \_\_\_\_\_ días. Si esto no es posible, duerma en una cama separada de su pareja o de cualquier persona, al menos 2 metros.

No permanezca en contacto cercano (menos de 1 metro), durante más de 1 hora los primeros \_\_\_\_\_ días. A 2 metros puede estar el tiempo que quiera.

No debe compartir cubiertos, vajilla, servilletas ni tampoco toallas o ropa de cama, pero no es necesario que se laven por separado.

Deben evitarse aquellos eventos sociales (cine, espectáculos, etc.) que impliquen un contacto próximo a otras personas, durante varias horas.

Sólo se realizarán viajes largos si es completamente necesario y, en tal caso, deben tomarse medidas para reducir las dosis de los restantes pasajeros; por ejemplo, procurarse una plaza en la que pueda sentarse solo o cambiar de asiento durante el viaje

#### **4. Aseo y W.C.**

Debe realizar, al menos, un aseo completo diario (cepillado de dientes, ducha) y lavarse a menudo las manos (sobre todo, si ha de manipular alimentos)

Si es posible, utilice un baño y un WC para usted solo y procure dejarlos limpios. Evite derramar orina fuera del inodoro (debe orinar sentado, aunque sea varón) y procure secarse con papel higiénico. Vacíe varias veces la cisterna y lávese las manos antes de salir del WC.

#### **5. Trabajo**

Si su trabajo no requiere un contacto próximo a otras personas, puede Vd. incorporarse al mismo a partir de dos días después de la administración del yodo.

Si en el trabajo ha de permanecer más de 2 horas diarias a menos de 2 metros de las mismas personas, debe seguir las precauciones generales de contacto con adultos, y si fuera necesario, solicitar una baja laboral durante \_\_\_\_\_ días.

#### **6. Hospitales y consultas médicas**

Si por cualquier razón tiene que acudir a un hospital o centro sanitario durante el período de restricciones, comunique al médico que le atiende que ha recibido un tratamiento con Yodo-131, presentando el informe o tarjeta que le entregaron en el momento del alta. Esto ha de hacerlo aun en el caso de ser atendido en el hospital donde le administraron el tratamiento.

#### **7. Animales de compañía y mascotas**

No hay restricciones ni hay que adoptar precauciones especiales.

Si necesita más información, no dude en ponerse en contacto con los médicos o el personal de nuestro servicio.

\*Se han tomado como bases los documento de la CE y del foro CSN/ Sociedad de Radiofísica/ Sociedad de Protección Radiológica, así como la documentación aportada por los distintos hospitales.