



Jod i štitasta žlezda

Jod je neophodan za pravilno funkcionisanje štitaste žlezde i njene ćelije ga koriste za proizvodnju tiroidnog hormona. **Tkivo štitaste žlezde je jedino tkivo u organizmu koje aktivno nakuplja i koncentriše jod.** Radiojodna terapija se daje u cilju uništenja karcinomskih ćelija kao i ostataka urednog tkiva štitaste žlezde nakon operacije.

Predostrožnosti u cilju zaštite od zračenja

Iako je tretman radioaktivnim jodom generalno sigurna procedura, potrebno je pridržavati se određenih pravila ponašanja u cilju smanjenja izloženosti zračenju osoba u neposrednoj okolini. Po otpustu iz terapijskog bloka, u periodu od dve nedelje: Izbegavajte kontakt sa malom decom i trudnicama.

Spavajte sami u sobi. Sa ukućanima održavajte propisano rastojanje. Ne pripremajte hranu za druge. Preporučuje se pojačan unos tečnosti. Potrebna je pojačana briga o ličnoj higijeni. Nakon upotrebe toaleta pustite vodu 2-3 puta.

Kontraindikacije i rizici



U globalu terapija radioaktivnim jodom je sigurna i efektivna procedura. U pojedinim slučajevima, nakon terapije može doći do pojave bola i otoka u projekciji parotidnih žlezda (regije ispod ušiju) kao i do prolaznog gubitka ukusa i suvoće usta. Upotreba kiselih bonbona i žvakaćih guma pojačava lučenje pljuvačke i time smanjuje izloženost pljuvačnih žlezda zračenju. Radioaktivni jod nikako ne bi smele primiti trudnice i dojilje. Dojenje je potrebno obustaviti najmanje 6 nedelja pred radiojodnu terapiju, a po aplikaciji dojenje ne treba nastaviti. Ovo ne predstavlja prepreku za dojenje u budućim trudnoćama. Do naredne trudnoće poželjno je sačekati 6-12 meseci. **Ne postoje dokazi da radiojodna terapija može dovesti do neplodnosti.**

Kontakt i informacije

Institut za onkologiju Vojvodine

Put doktora Goldmana 4
21204 Sremska Kamenica

(021) 480 55 80 (021) 480 55 89
www.onk.ns.ac.rs



INSTITUT ZA ONKOLOGIJU
VOJVODINE

Centar za NUKLEARNU medicinu



PRIPREMA PACIJENTA ZA RADIOJODNU TERAPIJU

Informator za pacijente

U okviru pripreme za radiojodnu terapiju potrebno je:

Obustaviti uzimanje supstitucione terapije (Euthyrox, Tivoral, Letrox) **najmanje četiri nedelje pred** termin za radiojodnu terapiju

Pripremiti sledeću medicinsku dokumentaciju (ne stariju od 4 nedelje):

KKS i EKG sa opisom interniste

- Negativan gravindex (za žene u reproduktivnom periodu života)
- Mišljenje izabranog lekara o odsustvu kontraindikacije za samostalan boravak u terapijskom bloku 4-5 dana.

Obezbediti propisno overenu uputnicu za stacionarno lečenje. u Centru za nuklearnu medicinu, IOV Sremska Kamenica

- U cilju povećanja efikasnosti terapije radioaktivnim jodom, potrebno je
- Da se dve nedelje pred termin pridržavate dijeta siromašne jodom (u nastavku teksta).
- Ne jesti i ne piti nadražajna pića 4 sata pre i 3 sata posle aplikovane doze RAJ
- Sa sobom poneti kisele bonbone, žvake ili limun



Dijeta siromašna jodom

U cilju povećanja efikasnosti terapije radioaktivnim jodom, potrebno je da se dve nedelje pred termin i 24h nakon radiojodne terapije pridržavate određenih preporuka u vezi ishrane

HRANA KOJA SE NE PREPORUČUJE

- jodirana so, morska so
- morski plodovi, riba
- mlečni proizvodi (mleko, sir, jogurt, puter, sladoled, mlečni namazi, surutka)
- žumance jajeta kao i hrana koja sadrži cela jaja
- pecivo, većina kupovnog peciva sadrži jodiranu so (dozvoljen je domaći hleb napravljen sa minimalnom količinom soli)
- čokolada (zbog sadržaja mleka); dozvoljena je crna čokolada i kakao prah
- sirup, melasa
- proizvodi od soje (soja mleko, soja sos, tofu...)
- crveni pasulj
- kožica krompira (oljušten krompir je dozvoljen)

pirinač izbegavati ili ga jesti u ograničenim količinama

- vitamini, dodatci hrani, Oligovit
 - lekovi koji sadrže jod, crveno, narandžasto ili braon obojeni lekovi (Brufen, Alfa D3, Dilcoran, Rocaltrol 0,5 mcg nije dozvoljen dok je Rocaltrol od 0,25 mcg dozvoljen)
 - crveno i narandžasto obojeni sokovi, kokteli koji sadrže liker od višanja
- preporučuje se izbegavanje gotovih jela, grickalica, konzervisane, restoranske i fast-food hrane s obzirom da je tačan sadržaj soli u njima nepoznat

HRANA KOJA SE PREPORUČUJE

- voće osim rabarbare
- povrće, sirovo, sveže kuvano ili smrznuto bez sadržaja soli (osim soje i crvenog pasulja)
- neosoljeno jezgrasto voće (kikiriki bez soli)
- belanace jajeta
- sveže meso (piletina, govedina, svinjetina, jagnjetina, teletina) u količini do 170 g dnevno
- žitarice sa malim sadržajem soli, do 4 porcije proizvoda od žitarica na dan (žitarice, hleb, testenine...)
- testenine, sa malim sadržajem soli
- šećer, žele, džem, med
- ulje (sva ulja su dozvoljena, čak i sojino ulje)
- coca cola, diet cola, crna kafa, pivo, vino, limunada, voćni sokovi (osim crveno ili narandžasto obojenih pića)
- voće, suvo grožđe, sirovo povrće, neosoljene kokice, kikiriki bez soli, badem bez soli, voćni sokovi i gazirana pića (osim crveno ili narandžasto obojenih)