



INSTRUCCIONES SOBRE LA CONDUCTA DEL PACIENTE ANTES Y DESPUÉS DE UN TRATAMIENTO CON YODO-131

1º ¿Qué debo hacer antes del tratamiento con yodo-131?

- Desde 15 días antes evite tomar alimentos ricos en yodo, como sal yodada y productos de la mar (pescados, mariscos, etc.). Tampoco debe abusar de la leche y derivados (queso, yogur, nata). Evitar ciertos tipos de verduras como lombarda, nabos, grelos, brocoli y berzas.
- Evite también medicamentos que contengan yodo (complejos vitamínicos, jarabes o antisépticos yodados, como el Betadine).
- Debe comunicar si se ha realizado recientemente cualquier exploración radiológica con contraste intravenoso.
- Suspenderá los fármacos antitiroideos () a partir del _____.
- El día _____ acudirá al Servicio de Medicina Nuclear sobre las 10 de la mañana. Debe estar en ayunas de al menos 3 horas antes de tomar el yodo-131.

2º ¿Qué debo hacer tras tomar el yodo-131?

Una vez realizado el tratamiento, se puede ir a su casa. No debe tomar alimentos sólidos durante la hora siguiente, pero sí puede beber líquidos. **Si vomita** por cualquier causa debe comunicárnoslo inmediatamente. Puede comer de todo, sin restricciones.

Volverá a tomar los fármacos antitiroideos () a la misma dosis a partir del _____, y mantendrá el tratamiento al menos 1 mes o hasta su próxima revisión. Después, seguirá las instrucciones de su médico.

3º ¿Cómo y por dónde se elimina el yodo-131?

Durante los **3 días** siguientes al tratamiento usted eliminará por la **orina** la mayor parte de la dosis ingerida. Por ello, debe seguir estas recomendaciones:

- Haga sus necesidades sentado/a (también los hombres).
- Seque siempre sus genitales con papel higiénico y tire de la cadena 2-3 veces.
- Lávese las manos inmediatamente y limpie cualquier residuo o salpicadura.
- Lave a parte del resto de la colada su ropa interior y de cama.
- Para que el yodo se elimine más rápido y diluido, es conveniente que beba más líquidos de lo habitual, si es posible 2 litros al día durante los 3 primeros días.
- En caso de incontinencia urinaria o menstruación, introduzca las compresas, tampones o pañales en una bolsa de plástico en un lugar apartado de la casa, y espere unos 10 días antes de tirarlas a la basura.

También eliminará una pequeña parte por la **saliva**, por lo que es conveniente que utilice cubiertos para usted solo durante **3 días**. Estos cubiertos pueden reutilizarse sin problemas una vez que se hayan lavado bien.

4° ¿Qué precauciones debo tomar con mis familiares u otras personas?

Parte de la radiación que emite el yodo-131 se escapa del cuerpo, aunque no es detectable a más de 2 metros de distancia, y desaparece al cabo de unos 10 días. **Durante estos 10 días, debe evitar cualquier contacto con mujeres embarazadas y niños.**

Debe evitar también contactos prolongados con una misma persona (más de 4 horas al día) si la distancia con ella es inferior a 2 metros.

5° ¿Debo permanecer siempre en casa?

No, puede salir de su casa cumpliendo las precauciones anteriormente explicadas.

6° ¿Puedo dormir con mi pareja?

Durante 10 días deben dormir en **camas separadas** al menos 2 metros una de la otra.

7° ¿Puedo mantener relaciones sexuales?

Debe **evitar el contacto sexual** durante los 10 días posteriores al tratamiento.

8° ¿Es posible quedarse embarazada o engendrar niños sin reservas?

Aunque no se ha demostrado ningún peligro para futuros embarazos, durante **1 año** es desaconsejable quedarse embarazada (mujeres) o engendrar niños (hombres). Utilice un medio anticonceptivo adecuado y seguro.

9° ¿Puedo seguir amamantando (dando el pecho)?

Debe **interrumpirse** completamente la lactancia.

10° ¿Puedo hacer la comida?

Sí, pero lávese muy bien las manos antes de manipular los alimentos y útiles de cocina.

11° ¿Puedo ir a trabajar?

Si en su trabajo hay niños, mujeres embarazadas, o trabaja con otras personas a una distancia inferior a 2 metros durante largos períodos, debe causar baja laboral durante 10 días a través de su médico de familia, una vez que le entreguemos el justificante correspondiente.

12° ¿Qué debo hacer si noto cualquier molestia?

Es posible que note entre el **2°-6° día** tras el yodo-131 molestias en el cuello, al tragar o con los movimientos, que son signos de una inflamación del tiroides. Habitualmente no precisa tratamiento alguno, salvo analgésicos (aspirina, paracetamol) si resultaran muy molestos, a dosis habituales. Si aparece cualquier otra sintomatología (fiebre, taquicardia, ansiedad importante, sudoración) debe comunicárnoslo o acudir al servicio de urgencias más cercano.

EN CASO DE DUDA, CONSULTE AL SERVICIO DE MEDICINA NUCLEAR

TELEFONO: 927256447
