**ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ**

**С УДАЛЕННОЙ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗОЙ**

 Уважаемый пациент, Вам назначен курс терапии радиоактивным йодом (I-131).

Радиотерапия йодом-131 относится к одному из методов системной лучевой терапии заболеваний щитовидной железы. Для того, чтобы лечение оказалось эффективным и безопасным, необходимо предоставить медицинскому специалисту, рассчитывающему дозировку терапевтического препарата, полную информацию о Вашем состоянии на сегодняшний день.

**I.              В день госпитализации пациенту необходимо представить следующий обязательный перечень оригиналов и копий документов и исследований:**

1. Выписка из амбулаторной карты и/или истории болезни, содержащая данные о предшествующем лечении по поводу заболевания щитовидной железы, с указанием объема выполненного оперативного вмешательства и результатов гистологического исследования.
2. Результаты сцинтиграфического исследования ложа щитовидной железы с Тс-99м-Пертехнетатом с определением захвата РФП за 1 неделю до госпитализации.
3. Данные УЗИ ложа щитовидной железы и регионарных лимфатических узлов, выполненные в послеоперационном периоде, срок давности не более 1-1,5 месяца.
4. Результаты компьютерной томографии органов грудной клетки **без внутривенного контрастирования**!!! срок давности не более 1-1,5 месяца.
5. Результаты ЭКГ, срок давности не более 1-1,5 месяцев, наличие самой пленки.
6. Результаты следующих анализов:
7. Заключение терапевта об отсутствии противопоказаний к проведению радиойодетапии;
8. При наличии у пациента сопутствующих заболеваний, необходимо получить консультацию смежных специалистов и предъявить их заключение лечащему врачу (срок давности не более 4-5 недель).

* общего развернутого анализа крови (срок давности не более 3 недель);
* общего анализа мочи (срок давности не более 3 недель);
* биохимического анализа крови - глюкоза, кальций общий и ионизированный, мочевина, креатинин, АЛТ, АСТ, билирубин общий (срок давности не более 3 недель);
* анализ крови на тиреоглобулин (исследование выполняется не ранее, чем через 3 недели после отмены левотироксина);
* анализ крови на определение антител к тиреоглобулину (исследование выполняется не ранее, чем через 3 недели после отмены левотироксина);
* анализ крови на ТТГ (исследование выполняется не ранее, чем через 3 недели после отмены левотироксина);
* анализ крови на RW (**срок давности не более 3 месяцев**);
* анализ крови на ВИЧ (**срок давности не более 3 месяцев**);
* анализ крови на гепатиты В и С (**срок давности не более 3 месяцев**).
* Если у пациента в анамнезе есть артериальная гипертензия необходимо представить заключение кардиолога с описанием назначенной терапии.
* Если у пациента в анамнезе есть сахарный диабет необходимо представить заключение эндокринолога с описанием назначенной терапии.

1. Мужчинам 40 лет и старше обязательна консультация уролога с заключением об отсутствии обструктивных нарушений мочеиспускания.
2. Консультацию врача-аллерголога, если есть какие-либо аллергические реакции.

***Анализы могут быть выполнены в любой клинике, но сроки их готовности, должны удовлетворять памятке. В назначенный день госпитализации анализы должны быть не только сданы, но уже и документально оформлены. Отсутствие какого либо из анализов, может быть основанием для отказа от госпитализации. В случае невозможности выполнения какого-либо из перечисленных исследований или консультаций по месту жительства, они могут быть выполнены непосредственно и в Центре. Однако вы должны понимать, что сбор анализов является подготовкой к лечению, а не лечением, поэтому они не предполагают госпитализацию по квоте, предусматривающей радиойод терапию. В нашем центре вы можете так же сдать все анализы. Однако следует иметь в виду, что в силу наличия в отделении закрытого режима, госпитализация в отделении радионуклидной диагностики и терапии, на подготовительном этапе, не практикуется и пациент самостоятельно обеспечивает себя жильем на время прохождения уточняющих диагностических процедур в амбулаторном порядке.***

**II.            Перед госпитализацией в отделение радионуклидной терапии пациент обязан выполнить следующие предписания:**

1. Соблюдение диеты с низким содержанием йода в течение 4-х недель.

**Внимательно читайте ярлыки и помните, что в некоторых случаях упоминания о наличии йода в продукте на этикетке может и не быть.**

**Вся пища, употребляемая в период подготовки должна быть подвержена термической обработке (в сыром виде кушать ничего нельзя).**

**Из рациона должны быть исключены следующие продукты:**

Список запрещённых продуктов питания:

|  |  |
| --- | --- |
| **Категория еды** | **ЗАПРЕЩЕНО употреблять в любом виде** |
| Зерновые, крахмалистые овощи, злаки. | Рис |
| Фрукты | Фруктовые коктейли с мараскиновой вишней  Ревень; Фейхоа; Хурма |
| Овощи | Зеленый салат, кресс-салат, укроп, петрушка, кинза, зеленый лук, шпинат, мангольд, руккола, капуста, цветная капуста Морские водоросли, нори (оборачивают суши), ламинарии |
| Орехи | Жаренные и/или соленые, приготовленные вне дома  Смеси из орехов с кусочками шоколада, М&Мs, орехи в йогурте |
| Животные белки | Обработанное мясо: сосиски, сардельки, колбасы, ветчина, пельмени, рубленное мясо, фарш, вяленное мясо, салями |
| Молочные продукты | Все молочные продукты и их производные: молоко, сливки, кефир, творог, пахта, ряженка, йогурт, простокваша, сметана молочные коктейли, латте, каппучино, фраппе, сыр –все виды, кремы, соусы, супы на основе молочных продуктов; мороженое, молочный шоколад, сухое молоко |
| Яйца | Яичный желток, целые яйца |
| Хлеб | Свежевыпеченный хлеб из пекарен  Хлеб, содержащий йодат калия или йодат кальция |
| Хлебобулочные изделия | Кексы, бисквиты, кукурузный хлеб, блины, пироги, печенье, пончики, кондитерские изделия |
| Закуски | Шоколад и шоколадные  содержащие продукты (такие, как конфеты), пудинги, кремы, мороженое и другие продукты, содержащие молоко.  Шербет; какао / горячей смеси шоколада (даже если они сделаны с водой); Диетические продукты на основе сои |
| морепродукты | Любая рыба ( в т.ч. пресноводная), суши, морепродукты: креветки, крабы, крабовые палочки, мидии, моллюски, водоросли. |
| Растительные белки и соевые продукты | Соевое молоко; Соевый йогурт. Продукты, содержащие сою |
| Добавки | сливочное масло, сливки, сметана,  сливочные заправки для салатов, майонез, белый соус, сливочные соусы, рыбный соус, паста из анчоусов,  соевый соус  Смеси пряностей, содержащие соли |
| Напитки безалкогольные | Какао  Кофе растворимый  Зеленый чай |

**Кроме того**, во время соблюдения низкойодной диеты следует **избегать**:

* Продуктов, окрашенных в красный, оранжевый, коричневый цвет. Многие из них содержат в своем составе краситель: эритрозин, (E127 в Европе).
* **Лекарственные препараты**, окрашенные в красный, оранжевый, коричневый цвет, которые содержат эритрозин ( Е127) в качестве красителя.
* **Препараты Кальция,** приготовленные с использованием устричных раковин, что указано в аннотации (может быть с высоким содержанием йода).
* **Прием поливитаминов**, содержащих йод, селен, рыбий жир должны быть приостановлены во время низкойодной диеты.
* **Зубная паста:**некоторые зубные пасты содержат альгинаты. Чистите зубы только пастами НЕ обладающими противовоспалительным и анальгезирующими эффектом.
* **Антисептики:**некоторые люди используют Бетадин, спиртовой раствор йода, р-р Люголя в качестве антисептика. Не используйте этот продукт в то время нахождения на низкойодной диете. Рекомендуется использовать перекись водорода, бриллиантовую зелень, Хлоргексидин, Мирамистин для очистки и обработки ран при необходимости.
* **Кремы, лосьоны:**избегайте кремов или лосьонов из морских водорослей (ламинария, спирулина) или содержащих агар-агар, альгинаты.

***Внимательно читайте ярлыки и помните, что в некоторых случаях упоминания о наличии йода в продукте на этикетке может и не быть.***

1. Следует воздержаться от употребления продуктов приготовленных вне дома, так как в них могут содержаться продукты нежелательные для Вас, в частности йодированная соль.
2. Не употребляйте воду для питья и приготовления пищи из непроверенных на содержание йода источников (колодцы, скважины). При невозможности проверки – используйте воду в бутылках (кроме лечебной и лечебно-столовой минеральной воды).
3. Необходимо прекратить прием левотироксина (Л-тироксин, Эутирокс) 4 недели до госпитализации.
4. Если в течение последних 6 месяцев проводилась антиаритмическая терапия Амиодароном (Кордароном), необходимо заранее уведомить об этом врача-радиолога.
5. При каждом посещении рентгеновского кабинета (компьютерной томографии) обязательно информируйте медицинский персонал о том, что Вам **противопоказано** введение рентгеноконтрастных препаратов любого состава за 3 месяца до лечения.
6. При наличии запоров, перед началом госпитализации должен быть налажен регулярный стул. За три дня до госпитализации начать прием Мотилиума по 1 таб (10мг) 3 раза в сутки за 15-30 минут до приема пищи.
7. В случае постоянного приема индивидуально подобранной терапии лекарственными препаратами конкретного производителя, а также изделий медицинского назначения и средств гигиены (калоприемники и прочее) необходимо иметь при себе запас минимум на 5 дней, т.к. в аптеке нашего Центра могут оказаться лишь их аналоги.

¨      Если пациент с сахарным диабетом пользуется шприцами «ручками» для подкожного введения инсулина, на время госпитализации необходимо иметь при себе 2 комплекта «ручек»: те, которые останутся в отделении после лечения и те, которыми пациент сможет воспользоваться при выписке из стационара (особенно если пациент живет в другом городе!).

**9.**Если размеры Вашей одежды или обуви значительно отличаются от среднестатистических или у Вас есть аллергия на нетканые материалы, используемые для одноразовой одежды, Вы будете должны, по согласованию с персоналом отделения, поступить на лечение с собственной одеждой, которая Вам возвращена не будет. **Обязательно** наличие заключения врача-аллерголога о наличии аллергии!

10. Вы можете воспользоваться палатой повышенной комфортности (ППК). Повышенная комфортность предусматривает госпитализацию в одноместную палату с телевизором, возможностью пользования интернетом и собственным санузлом. Преимуществом данной палаты является одноместное размещение, что снижает вероятность рециркуляции свободного йода в выдыхаемом воздухе и, как следствие, более стремительное очищение организма от избыточной радиации. Последнее обеспечивает более быстрое высвобождение палат с одноместным размещением, поэтому очередь на них сокращается более стремительно. Таким образом, заказ палаты с одноместным размещением косвенно влияет на сокращение периода ожидания. В ППК возможно взять 2 электронные сигареты, 1 упаковку пластыря Никоретте. Эта услуга не предусмотрена стандартами оказания В.М.П. и оплачивается пациентом самостоятельно.

   О Вашем желании необходимо сообщить заранее по телефону: 8(495) 333-92-40 или по электронной почте [izotop.rncrr@gmail.com](mailto:izotop.rncrr@gmail.com).

**В активную палату разрешается пронести:**

-          **В целях личного пользования с последующей безусловной утилизацией:**предметы личной гигиены из расчета пятидневной потребности (зубная щетка и нить, зубная паста, мыло (по желанию), шампунь в упаковке не более 100 грамм, пена для бритья, одноразовый бритвенный станок, прокладки, тампоны и др, а также блокнот или средства полиграфии не более чем на 30 листов размерами не более 10\*10см и ручку;

-          **сим-карту** для мобильного телефона стандарта GSM, пополненную необходимым Вам количеством денежных средств. Для общения с внешним миром на время лечения в палате Вам будет предоставлен мобильный телефон. По окончании лечения сим-карта будет также утилизирована;

-          **В порядке исключения,** и лишь в случае наличия свободного места в хранилище радиоактивных отходов, возможно длительное хранение в горячей зоне с последующим возвращением пациенту некоторых предметов (очки, ходунки, электронная орг. техника).

-          **Рекомендовано** с собой иметь: порезанные на дольки 1-2 лимона и 1-2 яблока; 100 гр. кислых леденцов (для быстрейшего очищения слюнных желез от радиоактивного йода).

Эти вещи должны быть предъявлены персоналу. Персонал имеет право отказать в проносе в палату избыточного количества средств личной гигиены. Все вышеперечисленные вещи будут безусловно утилизированы по окончании лечения.

**III.           Период нахождения пациента в стационаре.**

Радиоактивный йод I-131 является одним из изотопов йода. Накапливаясь в щитовидной железе, I-131 распадается с выделением γ и β- частиц с периодом полураспада 8,06 дней. Максимальные энергии β- частиц – 606 Кэв, γ излучение – 364 Кэв.

Это накладывает определённые условия проведения изотопного лечения, что не возможно без согласия пациента на сотрудничество с медицинским персоналом и добровольное принятие определённых ограничений в свободе перемещения и привычного поведения пациента на период лечения. Поэтому, соглашаясь на лечение радиойодом, Вы должны осознавать, что после того как радиоактивный йод попадёт внутрь вашего организма, Вы, выдыхаемый Вами воздух, Ваша одежда, предметы и продукты, к которым Вы будете прикасаться, на протяжении последующих 2-х суток могут представлять угрозу для окружающих. Согласно действующему законодательству, с момента получения радиоактивного йода и до момента получения выписки из истории болезни Вы являетесь источником радиоактивного излучения, а Ваши личные вещи и отходы, включая выдыхаемый воздух, мочу и кал – радиоактивными отходами. При этом единственное место, где Вы, в соответствии с законом «О радиационной безопасности населения» можете находиться – это специализированная палата отделения радиотерапии. Соответственно, если Вы самовольно покидаете предназначенную для Вас палату, вне зависимости от причины, Вы сознательно становитесь незаконным хранителем и пользователем радиоактивных веществ, что в соответствии со статьей 220 УК может повлечь за собой лишение свободы на срок до двух лет. С целью недопущения распространения Вами радиоактивных отходов, сотрудники отделения будут обязаны сообщить о самовольном покидании Вами закрытой зоны в органы внутренних дел, разгласив при этом причину Вашего нахождения на закрытом режиме. Проведение радиойодтерапии невозможно без Вашего добровольного согласия на ограничение в период лечения:

1. свободы Вашего перемещения;
2. права использования и распоряжения Вашими личными вещами.

Действия медицинского персонала, направленные на ограничение Вашей свободы, не имеют содержать состава преступления, предусмотренного статей 127 УК РФ (Незаконное лишение свободы), поскольку осуществляются с Вашего предварительного согласия.

Для самих пациентов, проходящих терапию радиоактивным йодом и пребывающих в одном отделении с больными, получающими аналогичное лечение, лучевое воздействие от окружающих больных несущественно, так как помещения для пребывания пациентов оснащены эффективными средствами физической защиты от излучения, а также удаления и утилизации радиоактивных отходов, в том числе и из воздуха.

В период лечения, согласно требованиям органов Роспотребнадзора и Ростехнадзора, Вы будете находиться под круглосуточным наблюдением медицинского персонала с использованием средств видеонаблюдения и видеорегистрации. Вы сможете без ограничений в течение всего времени лечения общаться с медицинским персоналом по телефону местной связи. Однако, в силу того, что в период лечения Вы являетесь источником радиоактивного излучения, непосредственно в палате медицинский персонал будет выполнять лишь минимально необходимый для Вас набор манипуляций.

Питание будет осуществляться 3 раза в сутки. Остатки Вашей пиши – это радиоактивные отходы, которые будут нуждаться в специальном захоронении. Поэтому мы не разрешаем проносить в палату принадлежащие Вам продукты питания, кроме 1-2 лимона и 1-2 яблока; 100 гр. кислых леденцов.

Все палаты оборудованы санузлами. Так же всем пациентам предоставляется возможность воспользоваться душевыми кабинами по потребности. Подача воды душевые кабины отключается после того, как пациент сообщит об окончании водных процедур, чтобы нормировать количество жидких радиоактивных отходов и обеспечить возможность лечения максимально большего количества больных, оказавшихся в одной с Вами жизненной ситуации. Однако, в случае острой необходимости, дежурная медицинская сестра, по Вашей просьбе (связь – по телефону местной связи), дополнительно включит подачу воды в Вашу душевую кабину.

Количество одноразового белья и одежды, выдаваемого Вам также ограничено емкостью нашего хранилища радиоактивных отходов. В случае непредвиденной ситуации (недержание мочи, загрязнение белья остатками жидкого стула и др.) Вы обязаны незамедлительно сообщить об этом дежурному персоналу и Вам будет предоставлено необходимое количество дополнительных расходных материалов.

***ВАЖНО!!! Санузлы всех палат подключены не к обычной канализации, а к системе специализированных сборников радиоактивных отходов. Поэтому не бросайте ничего лишнего в унитаз, так как это может парализовать систему насосов и фильтров, и помешать ходу вашего лечения и/или сорвать график терапии таких же как вы пациентов.***

**Ваши непосредственные действия:**

1. В день госпитализации Вы обращаетесь в отделение радионуклидной терапии (1 этаж, 7-этажного корпуса) первичного анализа готовности вас к проведению радиойод терапии.
2. Далее Вас направляют в приёмный покой (главного корпуса), где Вам заводят «Историю болезни».
3. Затем в радиологическом корпусе на первом этаже Вы сдаете верхнюю одежду в гардероб или передаете ее на хранение сопровождающим Вас лицам.
4. В отделение радионуклидной терапии Вы заходите с разрешения персонала отдела ядерной и радиационной медицины.
5. Вас осматривает врач, который будет вести вашу историю болезни. Он систематизирует все ваши медицинские данные, для решения вопроса о выборе соответствующей дозировки. Решение принимает исключительно консилиум, под председательством руководителя отдела ядерной и радиационной медицины.
6. В комнате для переодевания Вы снимаете оставшуюся одежду, включая нательное белье, украшения, нательные кресты и обувь. Упаковываете свои вещи, которые оденете после выписки и складываете в индивидуальный пакет. Надеваете выданную Вам одноразовую одежду, в которой будете пребывать на протяжении всего периода лечения. Данная одежда впоследствии будет утилизирована.
7. Предметы личной гигиены берете с собой в палату в прозрачном полиэтиленовом пакете.
8. Вы проходите в палату, которую Вам укажет медицинский работник. Там располагаетесь, раскладываете вещи в доступных и удобных для дальнейшего использования местах и ожидаете дальнейших указаний, которые поступят по телефону.
9. Получив указания «На Процедуру», Вы выходите из палаты, включаете расположенный на стене у входа в палату сигнальный фонарь и направляетесь по коридору вдоль стены, обозначенной зелеными стрелками. Эти указатели приведут Вас непосредственно в процедурный кабинет, где Вам предстоит выпить лечебный йод.
10. Зайдя в процедурный кабинет, Вы близко подходите к столу с красным тазиком, несущего функциональную нагрузку аварийного контейнера (порядок его использования, Вам разъяснят в случае необходимости по громкой связи). Расположитесь напротив металлической дверцы с ручкой, прикрывающей окошко выдачи стаканчика с лечебным йодом. Слева от Вас будет стоять стол, на котором расположены стаканчики с обычной водой, справа от Вас, в квадратном разрезе стола, будет расположен контейнер для использованных стаканчиков и флаконов с лекарством. Заняв положение и осмотревшись, Вы называете свою фамилию и готовность к проведению радиойодтерапии («Пациент Иванов к процедуре готов»).
11. Получив указание «откройте шлюз» Вам следует нажать на зеленую кнопку находящуюся прямо перед вами. После этого, Вы медленно сдвигаете металлическую дверцу влево (к окну), открывая окошко шлюза, где будут стоять один или несколько флакончиков с радиоактивным веществом в необходимой для Вас дозировке.
12. Правой рукой, Вы берёте поочерёдно в любой последовательности флакончики с йодом и аккуратно, не совершая излишних движений, выпиваете всё содержимое каждого флакона. Выпивать нужно полностью всё содержимое флакона. Выбрасываете каждый флакончик в контейнер справа.
13. Той же правой рукой берёте стаканчик с чистой водой, который расположен на дальнем краю стола и, прополоскав рот и проглотив содержимое, выбрасываете стаканчик в тот же контейнер, что и флакончики.
14. Протираете рот салфеткой-передником, висящей у Вас на шее и опускаете ее обратно, не переворачивая.
15. Одноразовую маску, выданную Вам ранее, надеваете обеими руками на рот и нос. В этой маске вам следует пребывать ещё 15 -20 мин. После возвращения в палату.
16. Все Ваши действия будут контролироваться медицинским персоналом через камеры видеонаблюдения. В случае необходимости Вам будут даваться дополнительные указания по громкой связи.
17. Далее Вы направляетесь в Вашу палату по правой стороне коридора, вдоль красных стрелок, нанесенных на стену. Расположение входа в палату Вам укажет горящий сигнальный фонарь.
18. По пути Вам запрещено разговаривать с кем-либо без особого обращения к вам со стороны медицинского персонала и отклоняться от маршрута.
19. Препарат, который Вы выпьете, не имеет резкого вкуса и запаха и практически никогда не вызывает каких-либо неприятных ощущений. Однако, если по пути следования в палату у вас внезапно возникнут позывы на рвоту, вы можете воспользоваться аварийным туалетом (он обозначен красным кругом и расположен по левой стороне коридора).
20. Если Вы внезапно почувствуете недомогание, Вам следует остановиться и поднять правую руку вверх.
21. Прибыв ко входу в палату Вы выключаете сигнальный фонарь при входе в палату, заходите в свою палату, закрываете наружную и внутренние входные двери. С этого момента покидать палату без особых указаний медицинского персонала **категорически запрещено!!!**
22. Войдя в палату, сразу снимаете салфетку и сбрасываете ее в защитный контейнер. Через 15 – 20 минут снимаете маску и сбрасываете ее в защитный контейнер.
23. Далее Вы пребываете в палате и выполняете указания, которые вам будут даны в соответствующее время.
24. Внимательно слушайте рекомендации медицинского персонала. Они будут носить характер коротких и точных указаний и не содержать лишних слов. Это означает, что в указании будет содержаться вся необходимая и достаточная информация, позволяющая вам выполнить необходимые действия. Если вы не услышали каких то уточнений или конкретизации действия, значит характер их выполнения не требует особой точности и может быть индивидуален. (Помните, прежде чем дать Вам указание, медицинский персонал многократно продумал все особенности восприятия Вами услышанного и предусмотрел все возможные неправильные толкования. Поэтому, делайте так, как услышали).
25. Не ранее чем через сутки Вам поступит указание: «Подготовится к дозиметрии». Услышав его, Вы направляетесь в душ (он будет включен специально для Вас), моетесь и ожидаете следующего указания.
26. Услышав указание «Пройти в кабинет дозиметрии», Вы выходите из палаты, включаете сигнальный фонарь и следуете в указанный кабинет вдоль стены со стрелками оранжевого цвета, где специалисты оценивают фон излучения исходящий из Вашего тела. В процессе дозиметрии будет примерно оценено время Вашей возможной выписки, о чём Вам сообщат дополнительно. По окончании дозиметрии Вы возвращаетесь в палату вдоль стены, обозначенной стрелками красного цвета, выключаете сигнальный фонарь и проходите в палату, закрыв за собой входную дверь.
27. В период прохождения лечения Вы будете трижды в день получать горячее питание в индивидуальной упаковке (пищевом контейнере). Так же Вам будут давать горячую воду в термосах и холодную питьевую воду в графинах. Упаковку с питанием персонал будет доставлять в шлюз палаты на сервировочном столике. Получив уведомление о прибытии пищи, Вы открываете внутреннюю дверь палаты (открывать наружную дверь категорически запрещено!) и забираете пищу и воду в палату. По окончании приема пищи Вы складываете столовые приборы в пищевой контейнер и оставляете его на столе. Получив указание  по громкой связи, Вы открываете внутреннюю дверь палаты и ставите контейнер на сервировочный столик.
28. Все остальные отходы, кроме пищевых, незамедлительно складываются в защитный контейнер - в палате или санузле.
29. При достижении радиационного излучения, удовлетворяющего нормам радиационной безопасности, Вам будет рекомендовано подготовиться к выходу из палаты для выписки.
30. Прежде чем покинуть палату, Вы собираете все ваши вещи и постельное белье в защитный контейнер. Ожидаете указания «На Выход»
31. По указанию медицинского персонала, вы направляетесь в санпропускник, расположенный напротив дверей в палаты, и обозначенный синим кругом. Путь к нему указан синими стрелками на стене. В санпропускнике использованную одноразовую одежду складываете в защитный контейнер и переходите в душевую, где принимаете душ. Далее, без одежды переходите в чистую зону пропускника (направление обозначено синей стрелкой на стене).
32. На маркированном столе Вы найдете одежду, которую ранее оставили в запакованном виде при госпитализации. После этого возвращаться в палату **категорически запрещено**.
33. Далее Вы одеваетесь в Вашу одежду. Как только Вы переоделись, Вас направят на контрольное исследование всего тела на 7-й этаж этого же корпуса, подразумевающее проведение сцинтиграфии всего тела. При необходимости, уточнения тактики дальнейшего вашего наблюдения/лечения вам может быть предложено отсроченное исследование и/или однофотонная эмиссионная компьютерная томография на мультифункциональной установке ОФЭКТ-КТ
34. Далее Вас проводят в холл, где Вам будет вручен выписной эпикриз и даны соответствующие рекомендации.
35. Лечение радиоактивным йодом может быть многократным. Периодичность и объём лечения индивидуален, поэтому при каждом последующем обращении, показания и противопоказания рассматриваются заново.

**VI.         После выписки из стационара, согласно действующим санитарным нормам, Вы не обязаны находиться в изоляции от окружающих. Ниже представлен максимально возможный перечень рекомендуемых ограничений. Конкретные рекомендации Вам будут даны при выписке.**

* Дома или на работе желательно находиться в достаточном отдалении от других - минимум на расстоянии 1-го метра, в течение 2-х недель после выписки из стационара .
* В течение 2-х недель после выписки старайтесь не приближаться ближе, чем на 1-2 метра к детям младшего возраста (до 3-х лет); если Вашим детям от 3-х до 10-ти лет, по возможности, избегайте с ними тесных контактов, таких, как длительные объятия, не носите их на руках; при необходимости выполнения ухода за детьми до 2-х лет, за ними должен ухаживать кто-то другой (по возможности договоритесь о временном размещении детей у родственников и друзей).
* На протяжении 4-х недель после радиойодтерапии Ваши средства личной гигиены не должны быть доступны для использования другими членами семьи. После обычной помывки\стирки эти предметы вновь могут быть использованы всеми членами семьи.
* В течение 4-х недель после получения радиойода при пользовании туалетом сливайте воду 2-3 раза, мужчинам рекомендуется садиться при мочеиспускании, чтобы избежать разбрызгивания мочи и использовать туалетную бумагу. Тщательно мойте руки с мылом каждый раз после посещения туалета. Ополаскивайте ванну (раковину, душевую кабину) несколько раз после использования.
* Избегайте половых контактов и спите в одиночестве в течение 2 недель после выписки. Спать с беременными нельзя на протяжении 4-х недель.
* Рекомендуется избегать зачатия: женщинам - в течение 12 месяцев, поскольку в редких случаях бывает необходимо повторное лечение.
* Продолжать употреблять между основными приемами пищи жевательные резинки, лимон и кислые сосательные конфеты в течение 1-2 недель после прохождения радиойодтерапии (для быстрейшего очищения слюнных желез от радиоактивного йода).
* Если Вам внезапно пришлось лечь в больницу, или Вас доставили туда в экстренном порядке, сообщите, пожалуйста, Вашему врачу, что Вы недавно принимали радиоактивный йод. Это требуется и в тех случаях, даже если Вас доставили в ту же больницу, где Вы прошли курс радиойодтерапии.
* Если Вы планируете посещение объектов, оборудованных системами радиационного контроля (аэропорты, вокзалы, некоторые станции метро, таможенные и пограничные посты и др.), рекомендуем иметь при себе и предъявлять сотрудникам служб безопасности оригинал выписки из стационара, что позволит избежать Вам ряда неудобств (отказ в доступе на объект, дополнительный личный досмотр, отстранение от полета и др).
* ***Контактный телефон: 8 (495) 333-92-40***