



## RADIOJODRAVI KILPNÄÄRME HÜPERTÜREOOSI KORRAL

Kilpnäärme ületalituse ehk hüpertüreoosi korral tekivad haigusnähud kilpnäärmehormoonide üleküllusest organismis.

Kilpnäärme ületalituse üheks raviviisiks on radioaktiivse joodi (I-131) suukaudne manustamine. Radioaktiivne jood koguneb kilpnäärme rakkudesse ja põhjustab kilpnäärmekoe massi aktiivse vähenemise ning selle tulemusel liigsete kilpnäärmehormoonide vähenemise.

Raviprotseduuri järgselt on vajalik järgida ohutusalaseid soovitusi, mille saate protseduuri eest vastutanud raviarstilt. Nende soovitude peamiseks sisuks on ajutised piirangud suhtlemisel ümbritsevate inimestega, erilist tähelepanu tuleb pöörata lähikontaktile rasedate või rinnaga toitvate naistega, aga samuti lastega.

**Ravi näidustuseks** on hüpertüreoosi või struuma ravi.

**Ravi vastunäidustuseks** on rasedus ja rinnaga toitmine.

### Informeerige oma raviarsti ja uuringu personali kui:

- olete rase;
- toidate last rinnaga.

### Raviks ettevalmistus

Ravieelsel konsultatsioonil selgitatakse Teile raviprotseduuriga seonduvaid üksikasju, ravi käiku, loodetavat kasu ja võimalikke kõrvaltoimeid ning antakse ravieelsed ja -järgsed individuaalsed juhised. Palume hoolega tähele panna soovitusi, mis puudutavad eelnevaid uuringuid, toitumisalaseid soovitusi ja joodivaest dieeti 3–4 nädala jooksul ning joodi sisaldavate ravimite võtmise katkestamist ja teiste regulaarselt tarvitatavate ravimite kasutuskeemi muudatusi – kilpnäärme hormoonasendusravi katkestage 3–4 nädalat enne raviprotseduuri ning vähemalt kolm kuud enne radiojoodravi vältige joodi sisaldavate kontrastainete kasutamist näiteks kompuutertomograafial.

Rinnaga toitmine tuleb vahetult ravi eel lõpetada.

Kuna rasedus on joodravi korral vastunäidustatud, tehakse raviprotseduuri eel vajadusel rasedustest. Radiojoodravi järgselt vältige lapse eostamist vähemalt kuue kuu jooksul.

Joodivaese dieedi korral on vältige toite, milles on kasutatud punast toiduvärvi E127, samuti on soovitatav vältida salaamit jt vorste, sinki; koolajooke; valmiskooke; komme; tööstuslikke kompotte; kuivatatud puuvilju ning toite, mis sisaldavad karrageeni, agar-agarit, algiini, alginaati ja norit, samuti sojatooteid, punaseid ube, soolapähkleid, kartulikrõpse, koorimata kartulit, rabarberit, kala ja mereande ning munakollast. Jätke oma menüüst välja piim ja piimatooted, sh juust; šokolaad; jäätis ja margariin, ärge kasutage jodeeritud soola, meresoola, kõhasiirupit, vitamiine ega mineraale.

Väheses koguses võite süüa riisi (eelistatult basmatiriisi), spinatit, brokolit ehk spargelkapsast, kapsast, maisi ja kooritud kartulit.

Joodivaese dieedi ajal võib piiramatult süüa värsket liha, juur- ja puuvilju (v.a rabarber, mõned oad, koorega kartulid, kapsas, mais), maitserohelist, veega keedetud putru, makaronitooted, virsiku-, ananassi- ja pirnikonserve, munavalget, õli, ilma värvaineta karastusjooke, teed, kohvi (koore ja kooreasendajata). Vein ja õlu ei ole keelatud.

### Ravi teostamine

Ravipäeval selgitatakse veelkord raviprotseduuriga seonduvaid detaile, protseduuri käiku ja raviga seotud kiirgusohutuse nõudeid ning võetakse anamnees ja vereanalüüsid. Raviprotseduuri eel tuleb Teil allkirjastada nõusolekublankett.

**4 tundi** enne ja **1 tund** pärast raviprotseduuri ei tohi süüa, et tagada suukaudselt manustatud radiojoodravi kapsli imendumine.

### **Pärast raviprotseduuri**

**Radiojood** väljub organismist uriini, sülje ja higiga. Kilpnäärmesse mitte kogunenud joodi eritumise kiirendamiseks on soovitatav kogu statsionaaris viibimise aja jooksul juua rohkelt vedelikku ja käia duši all 4–6 korda päevas. Sülje eritumise soodustamiseks soovitame kasutada imemiskompvekkide, nätsu ja sidrunit.

Järgige raviarstilt saadud ohutusalaseid soovitusi:

- piirake ühe kuu jooksul lähikontakti ümbritsevatega inimestega, eriti imikute, väikelaste ja rasedatega, samuti rinnaga toitvate naistega;
- lõpetage rinnaga toitmine;
- vähemalt kuue kuu jooksul kasutage efektiivseid rasestumisvastaseid vahendeid, et vältida lapse eostamist;
- toituge tavapäraselt, toitumispääranguid ei ole;
- radiojoodravi järel jääte arstlikule jälgimisele;
- vajadusel antakse Teile individuaalsed täiendavad kiirgusohutuse alased nõuanded, pidage neist kinni.

Täiendavate selgituste saamiseks palume helistada 617 1221 või 617 1216 või 617 1085.

### **Põhja-Eesti Regionaalhaigla**

J. Sütiste tee 19  
13419 Tallinn

[www.regionaalhaigla.ee](http://www.regionaalhaigla.ee)  
[info@regionaalhaigla.ee](mailto:info@regionaalhaigla.ee)

Infolehe on koostanud Põhja-Eesti Regionaalhaigla nuklearmeditsiini osakond (2018).