

# Leefregels na behandeling met radioactief Lutetium

## Algemene leefregels na de behandeling

### Algemeen

Hoe groter de afstand tot de stralingsbron, hoe minder straling een ander persoon ontvangt. Daarom raden wij u aan zoveel mogelijk afstand te houden tot uw huisgenoten en bezoekers. In ieder geval meer dan één meter, maar bij langdurige aanwezigheid liefst twee meter of meer.

Uw leefregels gelden tot 7 dagen na de toediening, dus tot en met \_\_\_\_\_.

### Toilet

Het radioactief Lutetium dat niet door het lichaam wordt opgenomen, verlaat het lichaam via de urine. U kunt normaal op het toilet plassen, gebruik tijdens de leefregels altijd toiletpapier. Om besmetting van de toiletruimte te voorkomen moeten mannen ook zittend plassen. Na ieder toiletbezoek moet u en uw familie/ bezoek uw handen goed wassen. Spoel na toiletgebruik tweemaal door. Indien er lichaamsvloeistoffen naast het toilet terecht komen moet u dit zelf opruimen.

### Partners

Heeft u een partner? Dan is het belangrijk om in aparte bedden te slapen. Er moet minstens twee meter ruimte tussen u en uw partner zijn. Nog beter is het wanneer u in aparte kamers slaapt. Let erop dat de bedden in de twee kamers niet tegen dezelfde muur staan.

Direct lichamelijk contact zoals knuffelen of seksueel contact moet beperkt worden tot maximaal 30 minuten per dag.

Als uw partner zwanger is, geldt dat u gedurende 15 dagen na de toediening apart dient te slapen.

### Kinderen

Kinderen tot en met 10 jaar zijn gevoeliger voor straling dan volwassenen, de leefregels gelden naar kinderen strenger. Houd ook zo veel mogelijk afstand. Neem kinderen niet te lang op schoot. Laat ze zoveel mogelijk door uw huisgenoten verzorgen. U mag uw kinderen wel even knuffelen of een zoen geven.

### Vervoer

Als u reist met het openbaar vervoer dan mag u maximaal één uur in de buurt van dezelfde medereizigers zitten. Reist u met zijn tweeën in een auto? Ga dan schuin achterin zitten, dan is de afstand tot de medereiziger het grootst. De rit mag niet langer duren dan twee uur.

Duurt uw rit langer dan twee uur? Of bent u met meer dan twee personen in de auto? Overleg dit dan met de stralingsdeskundige.

### **Bijeenkomsten**

Bijeenkomsten waarbij u langer dan één uur naast dezelfde persoon zit moet u vermijden. Bijvoorbeeld als u een reis maakt, een bioscoop bezoekt, kerkbijeenkomst of vergadering bijwoont.

### **Werk**

Na het ontslag uit het ziekenhuis hoeft u zich meestal niet ziek te melden op uw werk. Wij bespreken dit dan met u bij uw ontslag uit het ziekenhuis. Er is een uitzondering: als u werkt in het basisonderwijs of in de kinderopvang met kinderen tot en met 10 jaar. In die gevallen moet u zich ziekmelden. U meldt zich dan ziek net zo lang als de periode van de leefregels. Net als thuis moet u op het werk zoveel mogelijk afstand bewaren tot collega's en andere mensen.

### **Zwangerschap**

U wordt afgeraden om binnen zes maanden na de therapie zwanger te worden of, als u man bent, een zwangerschap te verwekken. Seksueel contact tijdens deze periode is geen bezwaar.

### **Borstvoeding**

U moet stoppen met borstvoeding geven voor de behandeling. Maar ook na het ontslag uit het ziekenhuis mag u niet verder gaan met het geven van borstvoeding.

### **Ziekenhuisopname tijdens de periode met leefregels**

Als u binnen 2 weken na ontslag wordt opgenomen in een ziekenhuis, dan moet uw behandelaar contact opnemen met de dienstdoende Nucleair Geneeskundige (zie hiervoor "Tot Slot").

### **Extra**

#### **Vliegen kort na ontslag**

Bent u van plan kort na uw ontslag uit het ziekenhuis een vliegreis te maken? Dan moet u dat tijdens het intakegesprek aangeven. De stralingsdeskundige zal u dan bij uw ontslag een douaneverklaring ("vliegbrief") meegeven. Hierin staat dat u een therapie met radioactiviteit heeft ondergaan. Daarin staat ook dat de dosis, die een medepassagier zal ontvangen onder de internationale dosislimiet valt.

Indien u onverhoopt mocht komen te overlijden binnen 30 dagen na deze therapie dan moet uw familie dit aangeven bij de uitvaart ondernemer.

### **Tot slot**

Mocht u nog vragen hebben over de behandeling of de periode na het ontslag uit het ziekenhuis, dan kunt u tijdens kantooruren telefonisch contact opnemen met: 020-444 4200. Buiten kantooruren kan via de Meldkamer van locatie VUmc (020-444 2222) contact worden opgenomen met de dienstdoende Nucleair Geneeskundige van Amsterdam UMC, locatie VUmc.