

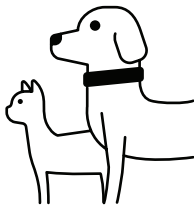
Leefregels voor thuis

U bent in het ziekenhuis behandeld met radioactiviteit. Wanneer u naar huis gaat is nog niet alle radioactiviteit uit uw lichaam verdwenen. De hoeveelheid radioactiviteit wordt vanzelf minder. De radioactiviteit die nog in uw lichaam aanwezig is, kan u en uw omgeving aan straling blootstellen. De straling brengt geen direct gevaar met zich mee.

De dokter bepaalt wanneer u naar huis gaat en hoe lang u de leefregels moet volgen. Deze periode varieert van 24 uur tot maximaal 2 weken. Als u onderstaande voorschriften zo goed mogelijk naleeft, beperkt u de blootstelling van anderen en het milieu tot een minimum.

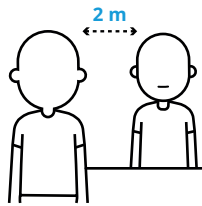
Op de dag van uw ontslag wordt met u besproken, hoe lang u de leefregels moet volgen.

- Naar volwassenen gelden de leefregels t/m (d/m/j): _____
- Naar volwassenen ouder dan 60 jaar gelden de leefregels t/m (d/m/j): _____
- Naar kinderen tot en met 10 jaar gelden de leefregels t/m (d/m/j): _____



Algemeen

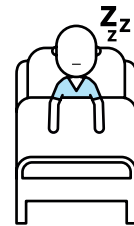
Houd zoveel mogelijk afstand van zwangere vrouwen. Naar huisdieren gelden géén beperkingen.



Huisgenoten

Houd zoveel mogelijk afstand van uw huisgenoten, minimaal 1 meter. Als u langer bij elkaar zit (samen eten of tv kijken), houd dan minimaal 2 meter afstand.

Beperk direct lichamelijk contact (knuffelen of seks) tot maximaal 30 minuten per dag.



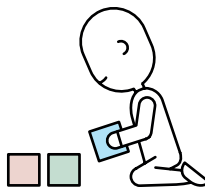
Slapen

Slaap op minstens 2 meter afstand van elkaar, het liefst in aparte kamers. Zorg dat de bedden niet tegen dezelfde muur staan. Hierdoor wordt de benodigde afstand niet gehaald.



Huisgenoten ouder dan 60 jaar

Zijn u en uw huisgenoten ouder dan 60 jaar, dan hoeft u niet apart te slapen.



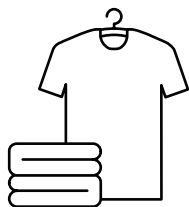
Kinderen (tot en met 10 jaar)

Kinderen jonger dan 11 jaar zijn gevoeliger voor straling dan volwassenen. Laat de verzorging van uw (klein)kinderen over aan anderen. Is dit niet mogelijk, laat uw (klein) kind dan bij voorkeur bij familie of vrienden logeren. Houd zoveel mogelijk afstand tot kinderen. Vermijd direct lichamelijk contact (knuffel-en, op schoot houden etc.)



Toilet

Bij het toiletbezoek moet u altijd zitten. Gebruik steeds toiletpapier en was na iedere toiletgang de handen, het liefst in de toiletruimte.



Wasgoed en serviesgoed

Deel uw wasgoed en kleding niet. U hoeft deze niet apart te wassen. Deel uw servies en bestek niet, u hoeft deze na gebruikt niet apart af te wassen. Na het (af)wassen kan iedereen deze voorwerpen weer gebruiken.



Bezoek en bijeenkomsten

Houd bij bezoek minstens 2 meter afstand tot anderen. Vermijd direct lichamelijk contact. Bezoek van kleine kinderen en zwangere vrouwen wordt afgeraden. Vermijd bijeenkomsten zoals uitgaan, feesten, kerkbezoek of verjaardagen.



Zwangerschap

De nucleair geneeskundige adviseert u over de termijn waarin zwanger worden of kinderen verwekken, ontraden wordt. Seksueel contact is geen bezwaar.



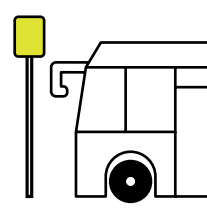
Borstvoeding

Stak de borstvoeding voor de behandeling. De nucleair geneeskundige informeert u over het hervatten van de borstvoeding.



Werk en school

Werk u met kinderen jonger dan 11 jaar of op korte afstand van uw collega's (minder dan 2 meter), volgt u zelf onderwijs dan moet u de periode van de leefregels verzuimen.



Vervoer - Reisbrief

Beperk het reizen met openbaar vervoer. Bij douanecontroles kan de straling uit uw lichaam signaleerd worden. U kunt via de verpleging van de Stralingsunit van het UMC Utrecht een reisbrief krijgen waar informatie over de straling beschreven is. Vraag deze tijdig aan.



Ziekenhuisopname en overlijden

In de periode dat de leefregels voor thuis gelden, gelden bij opname in het ziekenhuis mogelijk andere maatregelen. Laat de arts contact opnemen met de nucleair geneeskundige of stralingsdeskundige van het ziekenhuis waar u opgenomen bent. Bij overlijden moeten uw nabestaanden contact opnemen met de nucleair geneeskundige of stralingsdeskundige van het UMC Utrecht.

Contactgegevens

De nucleair geneeskundige of stralingsdeskundige kunt u bereiken via de stralingsunit oncologie van maandag t/m vrijdag onder kantoortijden op telefoonnummer: **088-75 577 81**. Bij geen gehoor en in het weekend via de centrale op **088- 75 555 55**