

# PROGRAM EDUKACJI ZDROWOTNEJ PACJENTÓW HOSPITALIZOWANYCH W KLINICE ENDOKRYNOLOGII I CHOROÓB WEWNĘTRZNYCH UCK W GDAŃSKU, CELEM OCENY SKUTECZNOŚCI LECZENIA CHIRURGICZNEGO MIKRORAKA TARCZYCY

PORADNIK DLA PACJENTA



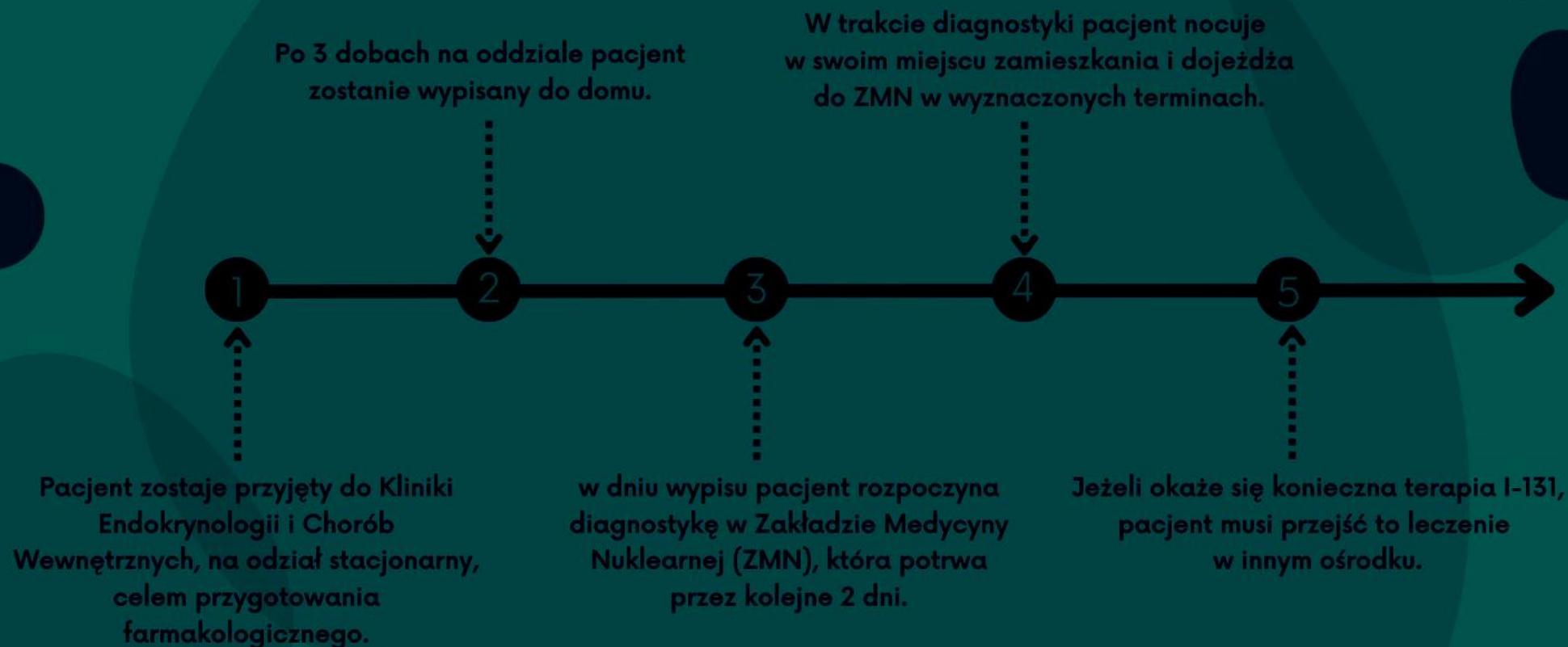
# PRZYGOTOWANIE DO HOSPITALIZACJI

- PRZEZ 2 TYGODNIE PRZED TERMINIEM HOSPITALIZACJI STOSOWAĆ DIETĘ NISKOJODOWĄ
- NA 3 DNI PRZED TERMINEM HOSPITALIZACJI ODSTAWIĆ LEWOTYROKSYNĘ
- W WYZNACZONYM TERMINIE ZGŁOSIĆ SIĘ DO PUNKTU PRZYJĘĆ PLANOWYCH (OK. 8:00), KTÓRY ZNAJDUJE SIĘ W BUDYNKU CENTRUM MEDYCyny NIEINWAZYJNEJ (CMN)

## W DNIU HOSPITALIZACJI NALEŻY:

- ZABRAĆ ORYGINAŁ SKIEROWANIA
- OKAZAĆ DOKUMENT TOŻSAMOŚCI
- PRZYGOTOWAĆ DOKUMENTACJĘ MEDYCZNĄ WRAZ Z PŁYTKAMI CD
- BYĆ NA CZCZO

# HARMONOGRAM LECZENIA



**PLAN LECZENIA PACJENTA REALIZOWANY JEST W TRYBIE HYBRYDOWYM, T.J. CZĘŚĆ PROCEDUR MEDYCZNYCH PROWADZONA JEST W RAMACH HOSPITALIZACJI, A CZĘŚĆ AMBULATORYJNIE**

# NOWOTWÓR ZŁOŚLIWY TARCZYCY RAK TARCZYCY

PRZYCZYNY RAKA TARCZYCY U WIĘKSZOŚCI PACJENTÓW NIE SĄ ZNANE  
ZNAMY TYLKO CZYNNIKI RYZYKA ,KTÓRE ZWIĘKSZAJĄ SZANSE NA ZACHOROWANIE

- narażenie na działanie promieniowania jonizującego, np. przebyta radioterapia
- czynniki genetyczne (ok. 25% przypadków)

W Polsce co roku diagnozowanych jest ok. 3500 nowych zachorowań na raka tarczycy. Jest on jednym z najczęściej występujących nowotworów złośliwych u kobiet ,ale dość często pojawia się również u mężczyzn.

Przebieg choroby jest na ogół mniej agresywny niż w innych nowotworach złośliwych. Wśród metod wykorzystywanych w terapii największe znaczenie ma leczenie chirurgiczne. Niekiedy jednak po zabiegu operacyjnym u pacjentów konieczne jest jeszcze wsparcie leczenia terapią jodem radioaktywnym.

# SPIS TREŚCI

1. Nowotwór złośliwy - rak tarczycy
2. Harmonogram leczenia
3. Przygotowanie do hospitalizacji
4. Dieta niskojodowa
5. Schemat postępowania diagnostyczno-terapeutycznego w Klinice Endokrynologii
6. Schemat postępowania diagnostyczno-terapeutycznego w ZMN
7. Zasady postępowania po podaniu jodu ( $I-131$ )
8. Charakterystyka Thyrogenu
9. Charakterystyka jodku sodu  $Na^{131}I$  I POLATOM
10. Informacje kontaktowe

# DIETA NISKOJODOWA

Dieta z niskim poziomem jodu jest dietą krótkotrwałą, powszechnie przepisywaną pacjentom z rakiem tarczycy. Podstawą jest unikanie produktów słonych, zawierających dużą ilość soli oraz dosalania potraw. Celem diety niskojodowej jest zmniejszenie zapasów jodu w organizmie, co podnosi skuteczność skanu radioaktywnego lub leczenia.

**Tego rodzaju dieta pozwala zjadać nie więcej niż 50µg jodu/ dzień, przy czym dzienne spożycie jodu dla osoby zdrowej zgodnie z wytycznymi Narodowego Centrum Edukacji Żywności wynosi 150 µg jodu.**

## Ogólne zasady unikania nadmiaru jodu w diecie:

- nie jeść w restauracji
- uważnie czytać etykiety
- nie spożywać żywności wysokoprzetworzonej
- unikać gotowych zup i sosów, tłustych żółtych serów, ryb wędzonych oraz w puszkach (w oleju, pomidorach)

# Produkty dozwolone w diecie niskojodowej:

- ŚWIEŻE OWOCE I SOKI OWOCOWE. OWOCE W PUSZKACH, SŁOIKACH LUB MROŻONE SĄ RÓWNIEŻ DOPUSZCZALNE, JEŚLI NIE ZAWIERAJĄ SOLI LUB NIE SĄ FOTYFIKOWANE JODEM.
- NIESOLONE ORZECHY I NIESOLONE MASŁA ORZECHOWE; DOMOWE MLEKO ORZECHOWE I OWSIANE.
- FASOLKA I FASOLA. OGRANICZ JEDNAK FASOLĘ CZARNĄ, CIECIERZYCĘ I BIAŁĄ FASOLĘ. OPŁUCZ FASOLĘ Z PUSZKI PRZED UŻYCIEM.
- PRODUKTY ZBOŻOWE/MAKARONOWE/RYŻOWE W UMIARKOWANYCH ILOŚCIACH.
- ŚWIEŻY KURCZAK, WOŁOWINA I INNE MIĘSO W UMIARKOWANYCH ILOŚCIACH.
- MIÓD, SYROP KLONOWY.
- CZARNY PIEPRZ I ŚWIEŻE LUB SUSZONE ZIOŁA. UWAŻAJ NA PRZYGOTOWANE MIESZANKI PRZYPRAW, KTÓRE ZAWIERAJĄ SÓL.
- WSZYSTKIE OLEJE ROŚLINNE, TAKIE JAK OLIWA Z OLIVEK, OLEJ RZEPAKOWY, KUKURYDZIANY I OLEJ SOJOWY. SOSY SAŁATKOWE, POD WARUNKIEM, ŻE ZAWIERAJĄ WYŁĄCZNIE DOZWOLONE SKŁADNIKI. SOS SAŁATKOWY NAJLEPIEJ PRZYGOTOWAĆ SAMODZIELNIE.
- KAKAO W PROSZKU I TROCHĘ CIEMNEJ CZEKOŁADY BEZ NABIAŁU
- OCTY, TAKIE JAK OCET BALSAMICZNY, JABŁKOWY I BIAŁY.
- CYTRYNY, LIMONKI I INNE OWOCE CYTRUSOWE.
- ŚWIEŻO PARZONA KAWA (NIE ROZPUSZCZALNA), HERBATA (NIE ROZPUSZCZALNA).

# PRZYKŁADOWE POSIŁKI:

## ŚNIADANIE:

PŁATKI OWSIANE NA WODZIE LUB MLEKU ROŚLINNYM DOZWOLONYM, DOWOLNE OWOCE;

## OBIAD:

PORCJA KURCZAKA PIECZONEGO, GOTOWANE LUB PIECZONE ZIEMNIAKI BEZ SKÓRY, SURÓWKA NA BAZIE MIXU SAŁAT Z OLIWA, ORZECHAMI I DOWOLNYMI WARZEWAMI, SOK POMARAŃCZOWY.

## PRZEKĄSKA:

JABŁKO LUB INNY DOZWOLONY OWOC, NIESOLONE HERBATNIKI.

## KOLACJA:

PIECZYWO DOZWOLONE (LUB TORTILLA), NIESOLONE MASŁO, PASTA Z AWOKADO, WARZYWA.





## SCHEMAT POSTĘPOWANIA DIAGNOSTYCZNO-TERAPEUTYCZNEGO W KLINICE ENDOKRYNOLOGII

### ETAP HOSPITALIZACJI

DZIEŃ 0	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przyjęcie na oddział</li> <li>• pobranie badań początkowych laboratoryjnych</li> <li>• wykonanie USG szyi według protokołu</li> <li>• podanie Thyrogenu 0,9 mg im.</li> </ul>
DZIEŃ 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• podanie Thyrogenu 0,9 mg im. (podanie drugie około 24h od podania pierwszego)</li> </ul>
DZIEŃ 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>obserwacja pacjenta</b></li> </ul>
DZIEŃ 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pierwsze kontrolne pobranie krwi</li> <li>• wypis z oddziału</li> <li>• przekazanie pacjenta do ZMN wraz z dwoma zestawami gotowych skierowań laboratoryjnych, wystawionych w dobie 0 (pacjent pozostaje na czczo)*</li> </ul>

\*Pacjent powinien ubrać się w wygodny strój bez elementów metalowych (guzików, dżetów, koralików itp.), a także nie zakładać biżuterii. W przypadku pacjentów wymagających opieki lub wsparcia, konieczna jest obecność osoby towarzyszącej.

\*Pacjent czynny zawodowo otrzymuje 7 dniowe zwolnienie lekarskie od dnia rozpoczęcia hospitalizacji.

## SCHEMAT POSTĘPOWANIA DIAGNOSTYCZNO-TERAPEUTYCZNEGO W ZAKŁADZIE MEDYCYNY NUKLEARNEJ

### ETAP HOSPITALIZACJI

DZIEŃ 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przejście pacjenta z Kliniki Endokrynologii i Chorób Wewnętrznych do Zakładu Medycyny Nuklearnej</li> <li>• rejestracja pacjenta - przekazanie karty informacyjnej i skierowań</li> <li>• podanie kapsułki z diagnostyczną aktywnością <math>^{131}\text{I}</math> 4 MBq</li> <li>• POWRÓT PACJENTA DO DOMU</li> </ul>
DZIEŃ 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pomiar jodochwytności</li> <li>• scyntygrafia szyi</li> <li>• drugie kontrolne badanie krwi (TG)</li> <li>• podanie kapsułki z diagnostyczną aktywnością <math>^{131}\text{I}</math> 80 MBq</li> <li>• POWRÓT PACJENTA DO DOMU</li> </ul>
DZIEŃ 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• scyntygrafia całego ciała</li> <li>• w razie potrzeby SPECT szyi</li> <li>• trzecie kontrolne badanie krwi (TG)</li> <li>• POWRÓT PACJENTA DO DOMU - KONIEC DIAGNOSTYKI</li> </ul>

**Po tym okresie następuje zebranie, opracowanie wyników badań przez lekarza prowadzącego hospitalizację i przekazanie ich wraz z dalszymi zaleceniami pacjentowi (czas około 2-4 tygodnie).**

## ZASADY POSTĘPOWANIA PO PODANIU JODU (I-131)

Stosowany podczas diagnostyki jod (I-131) jest emiterym promieniowania beta oraz gamma, które przechodząc przez ciało, stanowi potencjalne zagrożenie dla osób będących w bliskim kontakcie z pacjentem. Jednakże podanie małych dawek preparatu w ZMN ma cel tylko diagnostyczny, nie leczniczy i przestrzeganie prostych zasad zamieszczonych poniżej, pozwoli zminimalizować niekorzystne działanie promieniowania.

- należy być na czczo na 2h przed i po podaniu I-131
- zachowanie bezpiecznej odległości w stosunku do personelu medycznego (2-3m)
- po podaniu należy udać się bezpośrednio do miejsca zamieszkania
- ograniczenie kontaktów z kobietami w ciąży i z dziećmi
- zalecane jest jak najkrótsze przebywanie w towarzystwie innych osób
- po badaniu należy pić dużo płynów w celu szybszego wydalania izotopu (2-3 dni)
- po skorzystaniu z toalety należy dwukrotnie spuścić wodę
- często myć ręce

# CHARAKTERYSTYKA THYROGENU

- Thyrogen zawiera substancję czynną tyreotropinę alfa. Jest on ludzkim hormonem, stymulującym czynność tarczycy (TSH) i produkowanym za pomocą procesów biotechnologicznych.
- Lek Thyrogen wykorzystywany jest w celu wykrywania określonych rodzajów raka tarczycy u pacjentów po usunięciu tarczycy.
- Jednym z działań leku jest stymulowanie pozostałości tkanki tarczycy do pochłaniania jodu, co jest niezbędne przed naświetlaniem tarczycy radiojodem.
- Lek pobudza także produkcję tyreoglobuliny oraz hormonów tarczycy, które można oznaczać we krwi.

## SPOSÓB PODANIA LEKU:

- Thyrogen podawany jest na drodze iniekcji przez lekarza lub pielęgniarkę. Należy go wcześniej rozpuścić w wodzie do wstrzykiwań, a następnie podać wyłącznie w mięsień pośladka. Nie wolno mieszać leku z innymi lekami w tym samym wstrzyknięciu.
- Zalecana dawka leku to dwie dawki podawane w odstępie 24h.

## MOŻLIWE DZIAŁANIA NIEPOŻĄDANE\*:

- **BARDZO CZĘSTO** (mogą wystąpić u więcej niż 1 na 10 pacjentów: nudności).
- **CZĘSTO** (mogą wystąpić u nie więcej niż 1 na 10 pacjentów): wymioty, zmęczenie, zawroty i ból głowy, osłabienie.
- **NIEZBYT CZĘSTO** (mogą wystąpić u nie więcej niż 1 na 100 pacjentów): uczucie gorąca, pokrzywka, wysypka, objawy grypy lub grypa, gorączka, dreszcze, ból pleców, biegunka, ból szyi, parastezje, zaburzenie smaku.

\*Jak każdy lek, Thyrogen może powodować działania niepożądane, chociaż nie u każdego pacjenta one wystąpią. W przypadku wystąpienia jakiegokolwiek niepokojącego objawu podczas pobytu w oddziale należy niezwłocznie poinformować personel.

# CHARAKTERYSTYKA JODKU SODU $\text{Na}^{131}\text{I}$ POLATOM

- Jodek sodu to produkt leczniczy stosowany u pacjentów leczonych z powodu raka zróżnicowanego tarczycy, w celu identyfikacji pozostałości tarczycy oraz w diagnostyce przerzutów raka.
- Postać farmaceutyczna jodku sodu to kapsułki twarde, podawane wyłącznie drogą doustną (dawka diagnostyczna). Pacjent połyka kapsułkę w całości, nie przetrzymując jej w ustach i popijając ją wodą, aby zapewnić jej pasaż do żołądka i jelita cienkiego.
- Przed rozpoczęciem badania pacjent powinien przyjmować większe ilości płynów, a w pierwszych godzinach po podaniu kapsułki należy często opróżniać pęcherz moczowy w celu zmniejszenia napromieniowania.
- Ze względu na zwolnione wchłanianie jodku sodu w obecności treści żołądkowej, lekarz może zalecić pozostawienie pacjenta na czczo około 2h przed i po doustnym podaniu kapsułki.
- Ze względu na gromadzenie się jodu w organizmie po jego podaniu, wskazane jest czasowe ograniczenie bliskich kontaktów z dziećmi i kobietami w ciąży.
- Przeciwwskazaniem do podania jodku sodu jest ciąża oraz okres karmienia piersią.

## **MOŻLIWE DZIAŁANIA NIEPOŻĄDANE:**

- Zaburzenia układu immunologicznego: reakcje nadwrażliwości (nieznana częstość).
- Zaburzenia żołądka i jelit: nudności, wymioty (nieznana częstość).

# INFORMACJE NA TEMAT KLINIK, W TYM TELEFONY KONTAKTOWE

## ZAKŁAD MEDYCYNY NUKLEARNEJ

ul. Mariana Smoluchowskiego 17, Gdańsk  
Centrum Medycyny Nieinwazyjnej, budynek D  
Zakład jest czynny od poniedziałku do piątku,  
w godz. 7:00-15:00.

**REJESTRACJA:** tel. 58 584 45 44

**SEKRETARIAT:** tel. 58 584 45 20

## KLINIKA ENDOKRYNOLOGII I CHORÓB WEWNĘTRZNYCH

ul. Mariana Smoluchowskiego 17, Gdańsk  
Klinika znajduje się w budynku Centrum Medycyny  
Nieinwazyjnej, IV p.

**SEKRETARIAT:** tel. 58 584 48 11

**ODDZIAŁ STACJONARNY:** tel. 58 584 48 03

**ODDZIAŁ DZIENNY:** tel. 58 349 28 37

**e-mail:** [endokrynologia@uck.gda.pl](mailto:endokrynologia@uck.gda.pl)

## CENTRUM LECZENIA RAKA TARCZYCY

ul. Mariana Smoluchowskiego 17, Gdańsk  
Centrum znajduje się w budynku Centrum Medycyny  
Inwazyjnej UCK, w Poradni Chirurgii Ogólnej, III p.

Pacjenci przyjmowani są w piątki, w godz. 09:00-14:00

tel. +48 578 425 525

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ

Zespół Pielęgniarski Kliniki Endokrynologii i Chorób Wewnętrznych UCK Gdańsk