

# Consejos y recomendaciones para después del radioyodo

## Consejos para las y los pacientes:

- Beber abundante cantidad de líquido, entre 2 y 3 litros por día.
- Vaciar frecuentemente la vejiga. Durante el día cada 1 o 2 horas.
- Durante los primeros dos días (mientras esté despierto), ponga en su boca media cucharadita de jugo de limón cada hora o caramelos masticables levemente ácidos, con el fin de provocar el vaciamiento de las glándulas salivales y minimizar su irradiación. Recordar que una posible complicación del tratamiento con altas dosis de I131 es la sequedad de boca.
- Las simples precauciones de beber mucho líquido y provocar el vaciamiento salivar en los primeros dos días luego del tratamiento ayudan mucho a prevenir esta molesta complicación.



## Consejos de radioprotección para las demás personas:

- Dormir solo los primeros 2 o 3 días luego del tratamiento.
- Evitar besos y relaciones sexuales durante ese lapso.
- Tratar de mantener una distancia mínima de 2 metros con otras personas.
- Evitar el contacto físico prolongado con otras personas.
- Evitar la permanencia innecesaria de otras personas en la misma habitación que Ud. Recordar siempre mantener la máxima distancia posible.
- Durante 10 días evitar estar a menos de 3 mts de distancia de mujeres embarazadas o niños.
- En caso de amamantar a un niño, suspender la alimentación materna por unas 6 a 8 semanas.
- De tener posibilidad, es mejor que durante los primeros 2 o 3 días postratamiento utilice un baño personal.
- Cuando use el inodoro, apriete el botón 2 o 3 veces para que se lave el sifón.
- Lavarse cuidadosamente las manos con agua y jabón luego de usar las instalaciones sanitarias.
- Limpiar cuidadosamente el lavatorio si lo contamina con saliva luego de higienizarse los dientes.
- Si tiene expectoración abundante, durante los primeros 3 días escupa en el inodoro y apriete el botón.
- Si es hombre, orine sentado en el inodoro. Esta posición minimizará el riesgo de contaminación.
- No orine mientras se está bañando.
- Al terminar de bañarse deje correr abundante agua para lavar la bañera.
- Use toallas, ropa interior y ropa de cama individuales.
- Use vajilla personal los 3 primeros días luego del tratamiento. Esa vajilla se lavara separadamente del resto.