



Service de Médecine Nucléaire

Madame, Monsieur,

Vous venez de recevoir un traitement par **iode radioactif (iode 131)** pour votre maladie thyroïdienne.

Ce traitement est :

- simple
- indolore
- très efficace
- indispensable pour votre prise en charge

Ses bénéfices sont largement supérieurs aux contraintes temporaires décrites ci-dessous.

Contre-indications

- **Grossesse formellement contre-indiquée et les six mois suivants**
- **Allaitement définitivement arrêté avant le traitement**

En cas de doute, contactez le service.

Pourquoi ces précautions ?

Pendant quelques jours, une petite partie de l'iode radioactif reste dans votre organisme. L'iode non fixé est éliminé progressivement :

- Principalement dans les **urines**
- Mais aussi dans **la sueur et la salive**

L'irradiation pour votre entourage est **faible et sans danger réel**, mais inutile. Il est donc recommandé de la limiter pendant quelques jours.

Le principe est simple : limiter les contacts prolongés et rapprochés.

Moins d'un mètre, plus d'une heure

La durée des précautions dépend de la dose reçue : elle est déterminée par le médecin nucléaire, après votre scintigraphie thyroïdienne

Dose administrée	Enfants < 6 ans et femmes enceintes	Conjoint (contacts rapprochés, dormir seul)	Enfants > 6 ans	Transport en commun (trajet max)
370 MBq	13 jours	8 jours	6 jours	13 heures
555 MBq	20 jours	13 jours	10 jours	9 heures
740 MBq	25 jours	16 jours	14 jours	7 heures

La durée des précautions vous sera communiquée lors de la notification de votre rendez-vous, en fonction de la dose thérapeutique retenue par le médecin nucléaire.

(Recommandations issues de la Société Française de Médecine Nucléaire)

Recommandations vis-à-vis de votre entourage

Pendant la durée indiquée :

- Évitez les contacts prolongés : à moins d'1 mètre, plus d'1 heure
- Dormez seul(e) si possible
- Limitez les baisers et rapports sexuels
- Évitez les longs trajets en transport en commun

Vous pouvez poursuivre vos activités habituelles en respectant ces règles simples.

Recommandations pour vous-même

Pendant quelques jours :

- Buvez abondamment (l'eau citronnée peut stimuler la salivation)
- Urinez en position assise, et tirez deux fois la chasse d'eau
- Lavez-vous soigneusement les mains après les toilettes
- Prenez une douche quotidienne
- Changez quotidiennement de sous-vêtements
- Utilisez des mouchoirs jetables

Ces mesures permettent d'éliminer plus rapidement la radioactivité.

En cas de question

Le service de médecine nucléaire reste disponible pour toute question ou situation particulière (enfants en bas âge au domicile, profession spécifique, etc.).

rdv.medecine-nucleaire@ght-novo.fr ou au 01.30.75.49.48