آیوڈین-131 کے ساتھ آؤٹ پیشنٹ میٹابولک ریڈیوتھیراپی
عمومی معلومات

مشمولات

آیوڈین-131 کے ساتھ آؤٹ پیشنٹ میٹابولک تھیراپی کیا ہے اور یہ کیوں انجام دی جاتی ہے؟3
آیوڈین-131 کے ساتھ میٹابولک ریڈیو تھیراپی کس چیز پر مشتمل ہے؟
کیا اس تھیراپی کی وجہ سے کوئی ضمنی اثرات لاحق ہوتے ہیں یا اس سے مجھے کوئی مسائل ہو سکتے ہیں؟
تھیراپی کے دن مجھے کہاں جانا چاہیے؟
تھیراپی کے دن مجھے کس طرح تیار ہونا چاہیے؟
تھیراپی کے دن مجھے کیا لے کر آنا چاہیے؟
نیوکلیئر میڈیسن کیسے کام کرتی ہے؟
تھیراپی کے دن مجھے کیا معاملہ پیش آتا ہے؟
آیوڈین-131 کیسپول لینے کے بعد مجھے کس طرح کا برتاؤ کرنا چاہیے؟
کیا کوئی اور بھی ایسی چیز ہے جو مجھے اپنے اور دوسرے لوگوں کے تحفظ کے بارے میں مجھے جاننا چاہیے؟
آیوڈین-131 کے ساتھ میٹابولک ریڈیو تھیراپی کے بعد میرے معالجے کا کورس کس طرح آگے بڑھے گا؟
رابطے

محترم مسز/مسٹر ____،

یہ پرچہ تھائیرائیڈ کے بعض عوارض کا علاج کرنے کے لیے آیوڈین-131 کے ساتھ میٹابولک ریڈیو تھیراپی پر آپ کو کچھ مفید معلومات فراہم کرنے کے لیے تیار کیا گیا ہے۔ یہ تھیراپی آؤٹ پیشنٹ بنیاد پر کی جاتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو لینے کے لیے آیوڈین-131 کا ایک کیپسول دیا جائے گا اور اس کے بعد آپ گھر جا سکیں گے۔

اس پرچے میں آپ کو درج ذیل کی بابت معلومات ملے گی:

- *آیوڈین-131 کے ساتھ آؤٹ پیشنٹ میٹابولک ریڈیو تھیراپی کیا ہے؛*
- *یہ تھیراپی کس چیز کے لیے ہے؛*
- *تھیراپی سے پہلے، اس کے دوران اور اس کے بعد آپ کو کیا کرنا ہے؛*

اس پرچے میں مذکور معلومات نگہداشت صحت سے متعلق پیشہ ور افراد کے ساتھ براہ راست مشاورت کا بدل نہیں ہے۔ اس پرچے کو اپنے سوالات اور درخواست کے لیے ایک رہنما کے بطور استعمال کریں۔

آپ کو تھیراپی کے لیے بتاریخ ____________ بوقت __________ نیوکلیئر میڈیسن میں آنا ہے۔

آیوڈین-131 کے ساتھ آؤٹ پیشنٹ میٹابولک تھیراپی کیا ہے اور یہ کیوں انجام دی جاتی ہے؟

میٹابولک ریڈیو تھیراپی ایک خاص قسم کی تھیراپی ہے جو ریڈیو ایکٹو آیوڈین، آیوڈین-131 (یا 1311) کے استعمال پر مشتمل ہے۔ میٹابولک ریڈیو تھیراپی کی مدد سے، تھائیرائیڈ کے کچھ عوارض، جیسے بیسڈو/گریوز (Basedow/Graves) کا مرض، گلٹی دار گھینگھا (nodular goiter) اور سم آلود غدودی رسولی (toxic adenoma) کا علاج کرنا ممکن ہے۔

ان امراض کی وجہ سے تھائیرائیڈ کی عمل آوری میں مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

اس تھیراپی کا مقصد یہ یقینی بنانا ہے کہ تھائیرائیڈ پھر سے معمول کے مطابق کام کرنا شروع کر دیتا ہے۔

آیوڈین-131 کے ساتھ میٹابولک ریڈیو تھیراپی کس چیز پر مشتمل ہے؟

یہ تھیراپی سادے طور پر آیوڈین-131 کا بس 1 کیپسول لینے پر مشتمل ہے۔ آیوڈین-131 کیپسول ایک عام کیپسول ہے، جو کلی طور پر عام کیپسول یا گولیوں سے ملتا جلتا ہے۔ آیوڈین-131 ایک ریڈیو ایکٹو مادہ ہے۔ لہٰذا، تھیراپی کے بعد، آپ کو اپنے اور اپنے گرد و پیش کے لوگوں کے تحفظ کو بچانے کے کچھ ہدایات پر عمل کرنا ضروری ہے۔ آپ کو یہ ہدایات صفحہ 6 پر "آیوڈین-131 کیپسول لینے کے بعد مجھے کس طرح کا برتاؤ کرنا چاہیے؟" میں مل سکتی ہیں۔

کیا اس تھیراپی کی وجہ سے کوئی ضمنی اثرات لاحق ہوتے ہیں یا اس سے مجھے کوئی مسائل ہو سکتے ہیں؟

اس تھیراپی سے عام طور پر کوئی مسائل پیش **نہیں** آتے ہیں کیونکہ یہ آیوڈین-131 کی کم خوراک کے ساتھ انجام دی جاتی ہے۔

تاہم، یہ تھیراپی اس وقت مناسب **نہیں** ہے جب دودھ پلا رہی ہوں اور حمل کے دوران استعمال **نہیں** کی جانی چاہیے۔

اگر آپ دودھ پلا رہی ہیں تو آیوڈین-131 کیپسول لینے کے بعد آپ کو فوراً اور یقینی طور پر دودھ پلانا بند کر دینا چاہیے۔

استقرار حمل شروع ہونے سے پہلے ایک معقول وقت لازماً گزر چکا ہو۔ ہم تھیراپی کے بعد کم از کم 1 سال انتظار کرنے کی تجویز کرتے ہیں۔ یہ اشارہ مردوں اور خواتین دونوں کے لیے موزوں ہے۔

تھیراپی کے دن مجھے کہاں جانا چاہیے؟

تھیراپی کے دن آپ کو نیوکلیئر تھیراپی میں جانا چاہیے۔

پہلی منزل سے (وہ منزل جہاں پر بار ہے) رسائی روٹ 2 پر چلیں۔ نیوکلیئر میڈیسن منزل 1 پر ہے۔

تھیراپی کے دن مجھے کس طرح تیار ہونا چاہیے؟

تھیراپی کے دن آپ کو لازمی طور پر **خالی پیٹ ہونے کی حالت میں پہنچنا چاہیے۔ تھیراپی سے قبل والی رات کو آدھی رات کے بعد سے کھانا اور پینا بند کر دیں۔**

آپ کو کوئی معمول کی دوا (*جیسے دل کی دوا، بلڈ پریشر (فشار خون) کی دوا وغیرہ*) بھی لینی چاہیے۔ ایسی صورت میں آپ یہ دوا پانی کے معمولی گھونٹ کے ساتھ لے سکتے ہیں۔

تھیراپی کے دن مجھے کیا لے کر آنا چاہیے؟

اپنے ساتھ لے کر آنا رکھیں:

- صحت بیمہ کارڈ کا آپ کا کاغذ؛
- اپنا ٹیکس کوڈ:
- ایک شناخت نامہ؛
- اینڈوکرینولوجسٹ کے ذریعے کی گئی درخواستیں برائے:
  - میٹابولک ریڈیو تھیراپی کا بندوبست؛
  - خون جانچ کے نتائج جن سے تھائیرائیڈ ہارمون کی سطح fT3 کا پتہ چلتا ہو؛
  - حمل کے مدنظر پیشاب جانچ (بچہ جننے کی عمر والی خاتون مریضوں کے لیے)۔ یہ جانچ ضروری ہے کیونکہ آپ حمل کے دوران میٹابولک ریڈیو تھیراپی نہیں لے سکتی ہیں۔

نیوکلیئر میڈیسن کیسے کام کرتی ہے؟

نیوکلیئر میڈیسن میں آپ کی ملاقات متعدد پیشہ ور افراد سے ہوگی جو شانہ بشانہ مل کر کام کرتے ہیں:

نرسیں: وہ پیشہ ور افراد جو صحت سے متعلق اعانت اور تعلیم سے تعلق رکھنے والے سبھی پہلوؤں کو نمٹاتے ہیں۔

نیو کلیئر میڈیسن فزیشینز: تھیراپی کا بند و بست کرنے سے پہلے مریضوں کے ساتھ مشاورت کرتے ہیں؛ حسب ضرورت کوئی دیگر تھیراپیز تجویز کرتے ہیں۔

میڈیکل ریڈیولوجی ہیلتھ کیئر ٹیکنیشینز: مریضوں کو آیوڈین-131 کیپسول دینے کے دوران نیوکلیئر میڈیسن فزیشن کی اعانت کرتے ہیں۔

تھیراپی کے دن مجھے کیا معاملہ پیش آتا ہے؟

سب سے پہلے، آپ کو ریسپشن پر (*ہمارے دفتر میں*) جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ریسپشن کاعملہ آپ کی آمد ریکارڈ کرے گا اور آپ کو کمرہ انتظار میں بٹھائے گا اور نرس کو آپ کی آمد کی اطلاع دے گا۔ اس کے بعد نرس آپ کے تھائیرائیڈ ہارمون کی سطح fT3 کی جانچ کرنے کے لیے خون کا نمونہ لے گی۔ صرف بچہ جننے کی عمر والی خاتون ہونے کی صورت میں، آپ سے پیشاب کے ذریعے حمل کی جانچ کروانے کا تقاضہ کیا جائے گا۔ تھیراپی کروانے کے لیے جانچ کا نتیجہ منفی ہونا ضروری ہے۔ پھر نیوکلیئر فزیشن کے ساتھ آپ کی مشاورت ہوگی۔ اس مشاورت کے دوران فزیشن:

- آپ سے پوچھے گا آپ کے کھانے یا پینے کے بعد سے کتنا وقت گزرا ہے؛
- آپ کے اینڈوکرینولوجسٹ کی فراہم کردہ ہدایات کی بنیاد پر آپ سے یہ پوچھے گا کہ اینٹی تھائیرائیڈ دوا (جیسے ٹیپازول® (Tapazole®)) لینا آپ نے کب سے بند کیا ہے؛
- آپ کو درپیش ہو سکنے والے کسی سوالات یا شبہات کا جواب دے گا۔

اس وقت، میڈیکل ریڈیولوجی ہیلتھ کیئر ٹیکنیشین آپ کو فزیشن کی موجودگی میں لینے کے لیے آیوڈین-131 کیپسول دے گا۔ کیپسول لینے کے بعد، فزیشن آپ کو رپورٹ دے گا جس سے آپ کو دی گئی تھیراپی کا پتہ چلے گا۔ اب آپ گھر جا سکتے ہیں۔ اگر آپ کو طبی سند درکار ہو (جیسے کام سے چھٹی لینے کی اجازت لینے کے لیے) تو آپ ریسپشن (دفتر) سے ایک سند مانگ سکتے ہیں۔

آیوڈین-131 کیسپول لینے کے بعد مجھے کیسا برتاؤ کرنا چاہیے؟

آیوڈین-131 کا کیپسول لینے کے بعد، آپ 2 گھنٹے تک ہرگز بھی نہیں کھائیں گے یا پیئیں گے۔ یہ اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ضروری ہے کہ آپ کا جسم آیوڈین-131 کو مکمل طور پر جذب کر لے۔ ان 2 گھنٹوں کے بعد آپ اسنیک لے سکتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ پورا کھانا نہیں، بلکہ تھوڑی مقدار میں غذا کھا سکتے ہیں، آپ تھیراپی کے کم از کم 6 گھنٹے کے بعد ہی پورا کھانا کھا سکتے ہیں۔

اسنیک کے 3-4 گھنٹے کے بعد، ہم ممکنہ حد تک تھوڑا سا کھانے یا پینے کی تجویز کرتے ہیں۔

تھیراپی کے بعد، آپ کم آیوڈین والی وہ خوراک بند کر سکتے ہیں جو آپ نے قریب 4 ہفتے پہلے شروع کیا۔

جیسا کہ اوپر ذکر کیا گیا، آیوڈین-131 ایک ریڈیو ایکٹو مادہ ہے جو لعاب، پسینہ، پیشاب اور براز کے ذریعہ خارج ہوتا ہے۔ تاہم، اس تھیراپی کے بعد آپ کی ریڈیو ایکٹویٹی کی سطح ایسی ہو جائے گی جس میں شعاع ریزی کے کوئی نمایاں خطرات مضمر نہیں ہوتے ہیں۔ لہذا، تابکاری سے تحفظ پر یورپی قانون کے ذریعہ کی گئی وضاحت کے مطابق، یہ تھیراپی لینے کے بعد آپ گھر واپس جا سکیں گے۔ تاہم، شعاع ریزی اور آمیزش کو کم کرنے کے لیے اور ریڈیو ایکٹویٹی کو مزید جلدی سے ختم کرنے کے لیے، **ذیل میں فراہم کردہ ہدایات پر عمل کریں، نیز اپنے گرد و پیش کے لوگوں کا خیال رکھیں۔**

ہم کم از کم 15 دنوں تک ان اشاروں پر عمل کرنے کی تجویز کرتے ہیں۔ براہ کرم خیال رکھیں کہ، تھیراپی لینے کے 15 دنوں کے بعد وہ سبھی آئٹمز اور جگہیں جن کے رابطے میں آپ رہے مزید ریڈیو ایکٹو نہیں رہیں گے۔ اصل میں، آیوڈین-131 کی ریڈیو ایکٹویٹی کسی باقیات کو چھوڑے بغیر آہستہ آہستہ کم (زائل) ہوتی ہے۔

کیا کیا جائے	دوسرے لوگوں کے تحفظ کو بچانے کے لیے کیا کیا جائے
کافی مقدار میں مائعات (*کم از کم 1/2 1 لیٹر روزانہ*) پیئیں	قابل ضیاع ڈشز (*پلیٹیں، پیالی، ظروف*)، اور قابل ضیاع نیپکنز اور ٹشوز استعمال کریں۔
اپنے ہاتھوں کو کثرت سے دھوئیں۔	تھیراپی کے بعد 15 دنوں کے اندر استعمال شدہ اپنے ذاتی آئٹمز، کپڑے اور زیر جامے (*پینٹ وغیرہ*) علاحدہ طور پر دھوئیں۔ آیوڈین ایک کافی تحلیل پذیر عنصر ہے اور پانی میں دھونے سے کلی طور پر ختم ہو جاتا ہے۔
کثرت سے پیشاب کرنے کی کوشش کریں۔	اگر آپ دوسرے لوگوں والا ہی غسل خانہ استعمال کرتے ہیں تو بیت الخلاء میں کم از کم دو بار فلش ماریں۔ اگر آپ دوسرے لوگوں والا ہی شاور اور/یا حمام استعمال کرتے ہیں تو اسے استعمال کرنے کے بعد دو منٹ تک اس پر پانی ڈالیں۔
روزانہ کم سے کم ایک بار رفع حاجت کرنے کی کوشش کریں۔	آپ گھر سے باہر جا سکتے ہیں لیکن کوشش کریں کہ بھیڑ بھاڑ والی جگہوں میں زیادہ وقت نہ گزاریں۔
	بچہ جننے کی عمر والے افراد (*اور خاص طور پر بچوں اور حاملہ خواتین*) کے ساتھ رابطہ محدود کریں۔
	اپنے پارٹنر کے ساتھ سونے سے بچیں اور مجامعت سے پرہیز کریں۔
	اپنے جائے کار میں جانے سے بچیں، خاص طور پر اگر یہ دوسرے لوگوں کے ساتھ قریبی رابطے پر مشتمل ہو۔

احتیاط: جیسا کہ اوپر ذکر کیا گیا، ریڈیو ایکٹویٹی پیشاب اور براز کے ذریعے بھی خارج ہوتی ہے۔ اسی وجہ سے، آپ کے پیشاب یا براز کے رابطے میں آنے والی ہر چیز کے معاملے میں خاص احتیاط برتنا ضروری ہے۔ ان میں سے کچھ مواد، مثلاً، پینٹ یا دیگر زیر جامے کے لیے، انہیں علاحدہ طور پر دھونا کافی ہے۔

تاہم، آپ کو وہ سبھی سامان جس کو پھینکنا ہے یا جنہیں دھویا نہیں جا سکتا ہے (*جیسے صحتگاری والے گندے تولیے*) **کم از کم 7 دنوں تک** بیسمنٹ یا گیریج میں پلاسٹک کے بند تھیلے میں رکھنا چاہیے۔ ماحول کے تحفظ کے لیے یہ ضروری ہے۔ ان 7 دنوں کے بعد، آپ ناقابل باز احیاء کچرے کے جمع آوری کے لیے ان پلاسٹک کی تھیلیوں کو کچرے کے ڈبے میں ضائع کیا جا سکتا ہے۔

کیا کوئی اور بھی ایسی چیز ہے جو مجھے اپنے اور دوسرے لوگوں کے تحفظ کے بارے میں مجھے جاننا چاہیے؟

یوروپی رہنما خطوط کے مطابق اور میڈیکل فزکس کے تعاون سے جتنی دوری سے آگے ریڈیئیشن کا خطرہ محدود (کم) ہے وہ دوری 3 میٹر متعین کی گئی ہے۔ تاہم، رابطے کا وقت بھی ذہن میں رکھنے لائق ایک عنصر ہے - کسی ریڈیو ایکٹو شخص کے پاس آپ جتنا ہی کم وقت گزارتے ہیں، آپ کو اتنا ہی کم ریڈییشن ملتا ہے۔

تھیراپی کے فورا بعد، جہاز سے سفر کرنے کے لیے، ہوائی اڈوں پر ریڈیو ایکٹویٹی ڈیٹیکٹرز کی موجودگی ناگوار صورتحال کا سبب بن سکتی ہے اور اس کے لیے اضافی جانچیں درکار ہوتی ہیں۔ ہوائی اڈے کے حکام کی صوابدید پر ممکن ہے کہ آپ کو جہاز پر سوار ہونے کی اجازت نہ دی جائے۔ لہذا، ہم نیوکلیئر میڈیسن فزیشن سے تھیراپی دیئے جانے کا سرٹیفکیٹ جاری کرنے کی درخواست کرنے کی صلاح دیتے ہیں جو آپ کو اپنے ساتھ لے کر جانا چاہیے۔

آیوڈین-131 کے ساتھ میٹابولک ریڈیو تھیراپی کے بعد میرے معالجے کا کورس کس طرح آگے بڑھے گا؟

آپ کا حوالہ جاتی اینڈوکرینولوسٹ آپ کے علاج کا کوس آگے بڑھانے کے طریقے کا منصوبہ بنائے گا۔

آج آپ نے جس نرس سے بات ہے اس کا نام ہے:

Orietta Bovolenta	______________________
Claudia Buffagni	______________________
Antonio Capizzi	______________________
Maria Marsico	______________________
Valeria Merli	______________________
Donata Veroni	______________________

متون اور مواد منجانب:

میٹابولک ریڈیو تھیراپی نرسنگ پرسونل

Angelina Filice، *نیوکلیئر میڈیسن، مینیجر برائے میٹابولک ریڈیو تھیراپی سیکشن*

Federica Fioroni، *فزیشسٹ، میڈیکل فزکس*

IRCCS - Arcispedale Santa Maria Nuova, Reggio Emilia

لسانی اور متن سے متعلق نظرثانی:

Elena Cervi، نرس، پیشنٹس لائبریری – انفارمیشن فار پیشنٹس اینڈ ریلیٹوز، کراس یونٹ میڈیکل لائبریری

Simone Cocchi، *لائبریرین، پیشنٹس لائبریری، کراس یونٹ میڈیکل لائبریری*

IRCCS - Arcispedale Santa Maria Nuova, Reggio Emilia

گرافکس:

کمیونیکشین، پبلک ریلیشنز، انفارمیشن

نیوکلیئر میڈیسن

ڈائرکٹر: Dr. Annibale Versari

نرسنگ کوآرڈینیٹر: Carmen Prandi

تکنیکی کوآرڈینیٹر: Simona Cola

میٹابولک ریڈیو تھیراپی

ٹیلیفون۔ 0522 296468

پیر سے جمعہ تک ترجیحی طور پر دوپہر میں (دوپہر 12 بجے تا شام 7 بجے)

فیکس:

نیوکلیئر میڈیسن 0522 296153

میٹابولک ریڈیو تھیراپی 0522 296458

پہلا ایڈیشن: دسمبر 2014