

# Traitement de l'hyperthyroïdie à l'iode 131 radioactif

Votre médecin traitant vous envoie suivre un traitement à l'iode 131 radioactif parce que votre glande thyroïde produit une quantité anormalement élevée d'hormones (hyperthyroïdie). Cet iode 131 est surtout absorbé par la thyroïde et va irradier cette dernière de l'intérieur. Il est donc particulièrement indiqué pour le traitement ciblé d'une thyroïde hyperactive, sans exposer d'autres organes au rayonnement. Le surplus d'iode 131 non absorbé est éliminé dans l'urine. Ce traitement est appliqué depuis longtemps et il est donc très bien connu. Dans la plupart des cas d'hyperthyroïdie, le traitement à l'iode 131 radioactif est donc d'une très grande efficacité.

## COMMENT SE DÉROULE LE TRAITEMENT?

Le traitement ne dure pas longtemps (en général moins d'une demi-heure). Il a lieu au département de médecine nucléaire, normalement le matin. Le jour du traitement, vous **ne pouvez pas prendre de petit-déjeuner** (aucun aliment solide). **Par contre, vous pouvez boire.**

Vous avez tout d'abord un entretien avec le médecin nucléariste qui vous réexplique encore une fois le traitement. Vous pouvez alors lui poser toutes les questions qui vous viennent à l'esprit et il vous invite ensuite à marquer votre accord sur le traitement.

Le traitement proprement dit consiste à avaler une capsule unique. C'est indolore et vous ne ressentirez rien de particulier. Vous pouvez repartir juste après.

Il arrive rarement que la région du cou soit légèrement sensible et que la glande thyroïde soit légèrement douloureuse. Ces symptômes passent d'eux-mêmes, mais vous pouvez éventuellement prendre un antidouleur ordinaire.

## COMMENT AGIT L'IODE 131?

Pendant une douzaine de semaines après absorption de l'iode, une partie de la glande thyroïde est irradiée de l'intérieur dans le but de rétablir le fonctionnement normal de cette glande. Les premiers résultats sont observables environ 3 semaines après la prise d'iode. Il arrive parfois qu'un seul traitement ne suffise pas à réguler la fonction thyroïdienne. Il peut alors s'avérer nécessaire de répéter le traitement.

Il se peut aussi qu'après le traitement, le fonctionnement de la thyroïde soit ralenti en dessous de la normale. L'hypothyroïdie se soigne facilement par la prise d'hormones thyroïdiennes (généralement 1 comprimé par jour, à prendre à vie). Ce médicament qui supplée à la production insuffisante d'hormones par votre thyroïde n'a aucun effet secondaire. Il est aussi possible que l'hypothyroïdie ne soit que temporaire et qu'elle passe d'elle-même.

Dans certains cas rares, il arrive que le traitement à l'iode radioactif aggrave l'hyperthyroïdie pendant une courte période. Comme ces divers symptômes peuvent survenir à tout moment, il est nécessaire d'assurer un suivi régulier des patients traités, ce qui se fait au moyen de prises de sang. Pour cela, vous pouvez vous rendre tout simplement chez votre médecin (généraliste) et il n'est pas nécessaire de revenir au département de médecine nucléaire.

## COMBIEN DE TEMPS L'IODE 131 RESTE-T-IL DANS VOTRE ORGANISME?

La quantité d'iode 131 administrée ne reste que temporairement dans votre organisme. La partie absorbée par les cellules de la glande thyroïde constitue la base du traitement proprement dit. Mais la plus grande partie excédentaire sera éliminée dans les deux jours qui suivent la prise de la capsule (principalement par les urines et une petite partie par la salive, la transpiration et le transit intestinal). La radioactivité dans votre corps diminue donc rapidement au fil du temps.

## D'AUTRES PERSONNES RISQUENT-ELLES D'ÊTRE EXPOSÉES À UN RAYONNEMENT À VOTRE CONTACT?

La radioactivité contenue dans la glande thyroïde n'irradie pour ainsi dire que la glande thyroïde et elle reste confinée dans votre organisme. Une quantité infime franchit toutefois la barrière de votre corps et émet un rayonnement autour de vous. Ce n'est pas un problème pour vous, mais il faut en tenir compte pour les personnes de votre entourage. La quantité de rayonnement auquel les tiers sont exposés dépend de la proximité et de la durée du contact qu'ils ont avec vous.

Il est donc indiqué de **limiter la durée des contacts et de rester à distance**. L'iode 131 éliminé (urine) peut également être une source d'exposition au rayonnement. L'hygiène revêt par conséquent une importance capitale.

## TROIS PRINCIPES DE BASE POUR LIMITER AU MAXIMUM LE RAYONNEMENT POUR VOTRE ENTOURAGE:

1. **Distance:** plus grande est la distance qui vous sépare de vos proches et des tiers, plus limitée sera la dose de rayonnement qu'ils absorberont. La quantité de rayonnement diminue rapidement avec le temps: même une augmentation de la distance de quelques dizaines de centimètres entraîne déjà une diminution sensible; à 2 mètres, le rayonnement est même déjà 4 fois moindre.
2. **Durée:** plus longtemps vous vous tenez à proximité d'une personne, plus grande sera la quantité de rayonnement pouvant être transmise.
3. **Hygiène:** une bonne hygiène limite le risque de contamination d'autrui. La plus grande quantité de radioactivité quitte votre corps par l'urine. Une bonne hygiène aux toilettes et un lavage minutieux des mains contribueront à réduire ce risque au maximum.

## DIRECTIVES POUR VOUS AIDER À APPLIQUER CES TROIS PRINCIPES.

### Directives générales

Vous devez, dans la mesure du possible, respecter une distance d'au moins 1 mètre (2 mètres pour tout contact de plus d'une heure) par rapport aux personnes que vous rencontrez à la maison ou ailleurs. Vous devez toujours garder cette règle à l'esprit lorsque vous êtes avec d'autres personnes: *il faut par exemple ne pas s'asseoir à côté de quelqu'un dans le fauteuil le soir devant la TV, mais occuper des fauteuils séparés, à table laisser au moins 1 mètre de distance avec les autres...*

Si des contacts plus proches sont indispensables pour un motif quelconque, veillez à ce qu'ils soient aussi brefs que possible. Veillez à ce qu'ils ne durent en tout cas pas plus d'une demi-heure par jour.

Ces mesures générales de précaution doivent être observées pendant **7 jours** après la prise de la capsule radioactive. En ce qui concerne les contacts avec des femmes enceintes ou des enfants de moins de 6 ans ou des collègues de travail (par exemple crèche, enseignement...), ces recommandations doivent être observées pendant une période plus longue, à savoir pendant **14 jours** (dans certains cas exceptionnels même plus longtemps encore, à discuter de manière individuelle avec chaque patient).

## Directives personnelles

Les précautions d'hygiène jouent également un rôle essentiel: urinez en position assise (les hommes aussi), tirez la chasse 2 fois, lavez-vous les mains et utilisez un essuie-main personnel. Cette consigne est à appliquer strictement pendant **7 jours**.

En cas de vomissements dans les heures qui suivent le traitement, prenez immédiatement contact avec un médecin du département de médecine nucléaire (au 016/80.91.50 ou, si vous ne parvenez pas à joindre ce numéro, appelez le numéro général de l'hôpital au 016/80.95.00). Même consigne en cas d'urgence médicale de quelque nature que ce soit nécessitant une hospitalisation.

## Vaisselle et nécessaire de toilette

Comme une quantité minimale de radioactivité passe également dans votre salive, vous devez veiller à ce que vos couverts, tasses, verres... ne soient pas utilisés par quelqu'un d'autre (*par exemple ne pas faire goûter quelque chose à quelqu'un avec des couverts que vous avez utilisés*). Après lavage, ces accessoires peuvent à nouveau être utilisés par tout le monde. Le lavage peut se faire de manière normale, avec le reste de la vaisselle.

Le nécessaire de toilette (gant de toilette, essuie, brosse à dents...) et les draps ne peuvent être utilisés par personne d'autre que vous. Ils peuvent être lavés avec le reste du linge et sont ensuite utilisables par tout le monde.

## Consignes par rapport à votre partenaire

Vous devez faire chambre à part ou dormir dans des lits séparés distants d'au moins 2 mètres pendant **7 jours**. Ne placez pas les deux lits de part et d'autre d'un même mur (chambres voisines), car le mur n'absorbe pas la totalité du rayonnement.

Pendant cette période, il est aussi indiqué de s'abstenir de tout rapport sexuel. Si votre partenaire est enceinte, il est indiqué d'appliquer ces consignes strictement pendant **14 jours** (dans certains cas exceptionnels même plus longtemps, à discuter de manière individuelle avec chaque patient).

Par la suite, il est essentiel d'éviter de concevoir un enfant pendant une période d'au moins six mois. Il est vivement conseillé d'utiliser une contraception efficace durant cette période.

## Consignes par rapport aux enfants vivant sous votre toit

Si vous vivez de manière habituelle avec des enfants âgés de moins de 6 ans, vous devez veiller à ce que quelqu'un d'autre puisse s'occuper d'eux afin de réduire au maximum la durée des contacts proches. Les enfants doivent dormir dans une chambre séparée (ici aussi: ne pas disposer les lits de part et d'autre du même mur). Ces mesures de précaution à l'égard des enfants sont à appliquer pendant **14 jours** (dans certains cas exceptionnels même plus longtemps, à discuter de manière individuelle avec chaque patient).

Si vous allaitez, vous devez interrompre l'allaitement au plus tard juste avant le traitement. L'allaitement ne peut pas être continué par la suite.

### Consignes par rapport aux visiteurs

Les visites non indispensables sont déconseillées pendant **7 jours**.

Pour toutes les autres visites, conformez-vous aux règles générales de distance et de durée (voir plus haut). Il est à souligner que les contacts proches de courte durée (par exemple serrer la main de quelqu'un) ne présentent aucun risque.

### Consignes par rapport aux lieux publics

Les endroits fort fréquentés où les règles de distance sont difficiles à respecter sont à éviter pendant **7 jours** (*par exemple: cinéma, théâtre, restaurant, coiffeur...*). Cela vaut également pour les contacts liés à votre santé qui ne présentent aucun caractère d'urgence (*par exemple: kiné, dentiste, visite de routine chez le médecin généraliste...*).

Pendant cette même période, vous devez aussi éviter de prendre les transports en commun. Si vous ne pouvez pas faire autrement, veillez à ce que le trajet ne dépasse en aucun cas une heure. Tenez-vous, dans la mesure du possible, le plus loin possible des autres passagers et/ou du conducteur.

### Sur le plan professionnel

Votre incapacité de travail éventuelle sera déterminée en fonction de la nature de votre travail, de la dose qui vous a été administrée et de vos contacts avec autrui. Elle sera vraisemblablement de 3 jours (mais elle pourra être plus longue dans certains cas individuels). En revanche, si vous pratiquez le télétravail sans personne autour de vous, cela ne pose en général aucun problème et vous pouvez alors reprendre le jour même du traitement. Votre médecin nucléaire en discutera avec vous pour déterminer ce qui est le plus indiqué dans votre situation personnelle.

### Autres remarques

L'iode 131 radioactif ne peut **pas être administré aux femmes enceintes**. En cas de doute à ce sujet, vous devez en informer le médecin et faire préalablement un test de grossesse.

Toutes ces mesures à l'égard des autres personnes **ne s'appliquent pas aux animaux domestiques**: vous ne devez donc pas limiter vos contacts avec ceux-ci.

**Buvez suffisamment** (eau, thé, boissons fraîches...), au moins 2 litres par jour: cela vous fera uriner souvent, ce qui vous permettra d'éliminer plus rapidement de votre organisme l'iode 131 radioactif non assimilé.

## RÉSUMÉ PRATIQUE

Vous devez être **à jeun avant le traitement** pour ce qui concerne les aliments solides. **Par contre, vous pouvez boire.** Pour la nourriture, il est préférable d'attendre 2 heures après la prise de la capsule d'iode, afin que cette dernière soit bien assimilée. Après la prise de la capsule, vous pouvez rentrer chez vous immédiatement.

### **Respecter les consignes (voir ci-dessus pour plus de détails):**

1. Limiter la durée du contact/garder ses distances avec autrui: 7 jours
2. Contacts avec les femmes enceintes/enfants âgés de moins de 6 ans/ collègues de travail: 14 jours
3. Chambres/lits séparés et aucun rapport sexuel: 7 jours
4. Mesures de précaution aux toilettes/lavage minutieux des mains: 7 jours
5. Vaisselle/couverts/nécessaire de toilette personnels: 7 jours
6. Boire suffisamment (au moins 2 litres/jour): 3 jours
7. En cas d'hospitalisation, nous prévenir immédiatement: 21 jours
8. Attendre avant d'être enceinte/de concevoir un enfant: 6 mois.
9. Incapacité de travail: 3 jours, éventuellement plus.
10. Prise de sang de contrôle chez votre médecin: après 6 semaines et 3 mois,sauf avis contraire.

N'hésitez pas à demander un complément d'explication à votre médecin.  
Il est la meilleure source d'information fiable.

### **Regionaal Ziekenhuis Heilig Hart Tienen**

#### **campus mariëndal**

t 016 80 90 11 (numéro général)

t 016 80 99 19 (service des Urgences)

t 016 80 96 80 (hôpital de jour)

#### **campus st.-jan**

t 016 80 90 11 (numéro général)

t 016 80 39 16 (hôpital de jour)

#### **medisch centrum aarschot**

t 016 55 17 11 (numéro général)

t 016 55 17 36 (hôpital de jour)

[www.rztienen.be](http://www.rztienen.be)

**iedereen**

Vriendelijk Inlevend Professioneel  
met zin voor Initiatief



99997-NL/aug 2019