

DIRECTIVES GÉNÉRALES POUR LA RÉDUCTION DE L'EXPOSITION DES AUTRES PERSONNES AUX RAYONNEMENTS

Vous pouvez réduire au minimum l'exposition aux rayonnements en suivant trois directives générales :

1. La distance. Plus vous êtes loin des autres, moins ils recevront de rayonnements.
2. Le temps. Plus longtemps les personnes sont près de vous, plus elles recevront de rayonnements.
3. L'hygiène. La douche et le lavage fréquents des mains réduisent la quantité de rayonnements que vous laissez sur les surfaces autour de vous.

Certains médicaments comme l'iode radioactif exigent que vous preniez des précautions supplémentaires.

Voici quelques « **Bonnes pratiques** » que vous aurez peut-être besoin de suivre. Certaines de ces précautions peuvent être difficiles. Elles indiquent que vous devez vous séparer de vos proches au moment où vous avez le plus besoin d'un soutien émotionnel et physique. Mais rappelez-vous qu'elles sont importantes pour protéger les personnes autour de vous, particulièrement les jeunes enfants, et rappelez-vous qu'elles sont temporaires.

Votre médecin et l'équipe de soignants vous diront si et pendant combien de temps vous devez adopter ces précautions :

1. Lavez vos vêtements séparément de ceux du reste des membres de votre foyer.
2. Utilisez de la vaisselle et des couverts que vous ne partagerez pas avec d'autres personnes.
3. Utilisez une salle de bain qui vous est réservée, si possible.
4. Utilisez des lingettes et des gants jetables lors du nettoyage. Votre médecin peut vous indiquer comment nettoyer le vomi, l'urine, la salive ou les écoulements nasaux.
5. Jetez vos poubelles séparément de celles du reste de votre foyer. Vous devez les conserver dans un lieu sûr (à l'écart des personnes et des animaux domestiques) pendant une période pour permettre à la radioactivité de diminuer naturellement.
6. Dormez seul(e).
7. Évitez tout type de contact intime, y compris les embrassades et les baisers.
8. Ne cuisinez pas ou ne préparez pas de nourriture pour d'autres personnes.

Les médicaments radioactifs peuvent être utilisés en toute sécurité et efficacement. Assurez-vous de bien comprendre les instructions que vous avez reçues de votre médecin et de l'équipe de soignants. La meilleure façon de protéger votre famille et le public est de suivre ces instructions soigneusement et systématiquement.

MISSION DE LA NRC

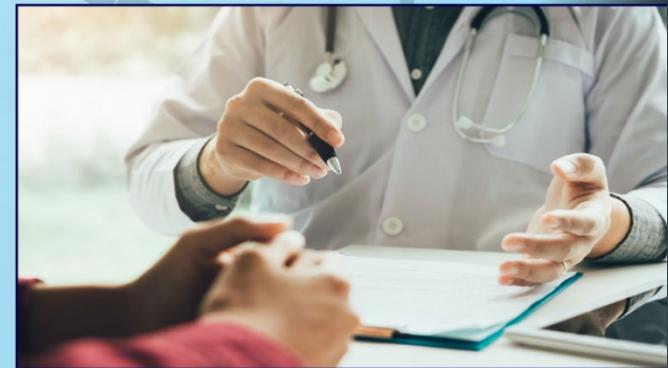
La Commission de la réglementation nucléaire des États-Unis, la NRC, délivre des autorisations et réglemente l'utilisation des matières radioactives dans le pays afin d'assurer raisonnablement une protection adéquate de la santé publique et de la sécurité, de promouvoir la défense et la sûreté communes et de protéger l'environnement.



Mai 2019



QUE DEVEZ-VOUS SAVOIR À PROPOS D'UN TRAITEMENT PAR MÉDICAMENTS RADIOACTIFS ?



Les médicaments radioactifs sont souvent utilisés pour diagnostiquer et traiter certaines maladies. Ils agissent en utilisant la radioactivité pour endommager les cellules cancéreuses ou d'autres tissus indésirables. Tous les ans aux États-Unis, des médicaments radioactifs sont utilisés plus de 16 millions de fois. Vous et votre médecin avez décidé qu'un traitement par médicament radioactif est la thérapie qui vous convient le mieux.

DISCUTEZ AVEC VOTRE MÉDECIN ET L'ÉQUIPE DE SOIGNANTS

L'équipe chargée de vos soins est la meilleure source d'informations concernant les questions portant sur votre traitement. Discutez de votre traitement à l'avance pour pouvoir préparer et planifier toute disposition particulière à prendre pour réduire l'exposition de tiers aux rayonnements. Votre médecin peut vous indiquer les complications et les effets secondaires éventuels ainsi que tous les changements de régime alimentaire ou de médicament que vous devrez effectuer. Vous devez parler de ce que vous devez faire pour vous préparer avant le traitement et de ce à quoi vous devez vous attendre après votre traitement. L'expérience a montré que l'exposition des patients aux rayonnements peut être contrôlée en toute sécurité par des instructions adaptées et par le respect de ces instructions par les patients. Assurez-vous de discuter avec votre médecin de ces instructions pour éviter que d'autres personnes ne soient exposées.



COMBIEN DE TEMPS UN MÉDICAMENT RADIOACTIF RESTE-T-IL DANS VOTRE ORGANISME ?

Cela dépend du type de médicament radioactif et du traitement dont vous avez besoin. Il peut rester dans votre organisme quelques jours ou quelques semaines.

COMMENT POUVEZ-VOUS PROTÉGER LES AUTRES D'UNE EXPOSITION AUX RAYONNEMENTS ?

Avec certains médicaments, vous devez vous tenir à l'écart pendant une certaine période de temps. Les autres personnes peuvent être exposées aux rayonnements par votre salive (baiser, partage de nourriture), la transpiration et les sécrétions cutanées (toucher) et l'urine et les déchets (salle de bain partagée). Votre équipe de soignants vous donnera des instructions spécifiques à suivre après votre traitement pour réduire au minimum l'exposition de tiers. Votre médecin tiendra compte de votre situation personnelle et vos instructions peuvent être adaptées. Assurez-vous de bien comprendre et de pouvoir suivre ces instructions.

Voici quelques éléments que votre médecin et équipe de soignants peuvent prendre en considération :

- Où logerez-vous après votre traitement (maison de soins, appartement, maison, résidence) ?
- Avez-vous une chambre et une salle de bain séparées que vous pouvez utiliser pendant quelques jours ?
- Serez-vous capable de prendre soin de vous, ou avez-vous besoin d'aide ?
- Qui s'occupera des jeunes enfants qui peuvent avoir besoin d'aide après votre traitement ?
- Comment retournerez-vous à la maison après votre traitement ? Aurez-vous besoin de prendre l'avion, le bus ou le train ? Si vous prenez les transports publics ou restez à l'hôtel, discutez des approches de réduction de l'exposition d'autrui propres à votre situation.



- Quand pourrez-vous retourner au travail ?
- Quel effet le traitement aura-t-il sur vos animaux de compagnie ?

Dites à votre médecin si vous êtes enceinte ou pensez le devenir. Les médicaments radioactifs peuvent nuire au développement du fœtus. Si vous prévoyez de tomber enceinte, demandez à votre médecin combien de temps vous devez attendre après votre traitement.

Si vous allaitez, vous pouvez devoir pomper et jeter votre lait pendant que vous suivez le traitement. Avec certains médicaments comme l'iode radioactif, vous devrez arrêter totalement d'allaiter pendant une certaine période avant de commencer le traitement pour vous protéger vous-même et votre bébé. Discutez des meilleurs choix pour vous avec votre médecin.

Des informations supplémentaires pour les patients traités par iode radioactif se trouvent sur :<https://www.nrc.gov/materials/miau/patient-release.html>.