භෞතික විද්‍යා අංශය
විකිරණශීලී අයඩීන් ප්‍රතිකාර ඒකකය
පළාත් මහ රෝහල - බදුල්ල

දුරකථන - **0552222261** දිගුව - **1471**

විකිරණශීලී අයඩීන් ප්‍රතිකාරය සඳහා උපදෙස් පත්‍රිකාව :

විකිරණශීලී අයඩීන් ප්‍රතිකාරය මගින් ඔබගේ රෝගය බොහෝ දුරට සුවකළ හැකි බව විද්‍යාත්මකව ලොව පුරා පිළිගෙන ඇත.

මෙම උපදෙස් මාලාවේ අරමුණ වන්නේ ඔබට ප්‍රතිකාරය පිළිබඳව දැනුමක් ලබා දීමෙන් ප්‍රතිකාරය සාර්ථකව ඉටු කර ගැනීමත්, ඔබගේ ඥාති හිතමිත්‍රාදීන් සහ රෝහල් කාර්ය මණ්ඩලය අනවශ්‍ය විකිරණ වලට නිරාවරණය වීම වළක්වා ගැනීමත්ය.

^{131}I-100mCi සහ 30mCi ප්‍රතිකාරය සඳහා සූදානම් වීමට උපදෙස් :

1. ඔබට ප්‍රතිකාරය සඳහා දැන්වූ විගස පැමිණීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. යම් හෙයකින් ඔබට පැමිණිය නොහැකි නම් ඒ බව භෞතික විද්‍යාඥ කාර්යාලයට දැනුම් දෙන්න.
2. ඔබ තයිරොක්සින් භාවිත කරන්නේ නම් ප්‍රතිකාර ලැබීමට සති 4කට පෙර සිට එය නැවැත්විය යුතුය.
3. ප්‍රතිකාරයට සති 2කට පෙර සිට ලුණු රහිත ආහාර ගත යුතුය.
4. ප්‍රතිකාරයට පෙර සති 2ක පමණ කාලයක් මුහුදු මාළු සහිත ආහාර ගැනීමෙන් වළකින්න. (මාළු, දැල්ලෝ, ඉස්සෝ, කකුළුවෝ, කරවල හා උම්බලකඩ ආදිය)
5. ඔබ ගන්නා වෙනත් ෂධ වර්ගද සමහර විට නතර කළ යුතු බැවින් ඒ පිළිබඳව වෛද්‍යවරයාට දැනුම් දෙන්න. (කාබිමසෝල්, තයිරොක්සින් හෝමෝන හා සිරප් වර්ග අදිය)
6. ඔබ ගර්භනීනම් හෝ ඒ බවට සැකයක් ඇත්නම් ප්‍රතිකාරයට පෙර වහාම ඒ බව දැනුම් දෙන්න.
7. ඔබ දියවැඩියාව/ අධි රුධිර පීඩනය/ ඇදුම/ අපස්මාරය හෝ එවැනි රෝගයකින් පෙලෙන්නේ නම් ඒ බව වෛද්‍යවරයාට දැනුම් දෙන්න. (අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර සඳහා රෝහල් කාර්යය මණ්ඩලය දැනුවත් කිරීමට)
8. ඔබ මව්කිරි දෙන මවක් නම් අයඩීන් ප්‍රතිකාරය ගැනීමෙන් පසුව මව්කිරි දීම සම්පූර්ණයෙන්ම නතර කළ යුතු වේ. එය ඔබට ගැටළු සහගත තත්ත්වයක් නම් ප්‍රතිකාරයට පෙර වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ගන්න.
9. මෙම ප්‍රතිකාරයට විකිරණශීලී අයඩීන් කරල් (කැප්සියුල්ස්) එකක් හෝ දෙකක් ගිලීමට දෙනු ලැබේ. (මෙහි අර්ධ ජීව කාලය දින 8ක් වේ)
10. මෙම ප්‍රතිකාරය සඳහා ඔබ රෝහලේ විශේෂ ඒකකයක් තුළ දින 3ත් 5ත් අතර කාලයක් නැවතී සිටිය යුතුය.

ප්‍රතිකාර කරන අවස්ථාවේ සහ රෝහලේ නැවතී සිටින කාලය සඳහා උපදෙස්;

1. ඔබ ප්‍රතිකාරයට පෙර **පැය 3ක පමණ කාලයක්** නිරාහාරව සිටිය යුතු අතර ප්‍රතිකාරයෙන් පසුවද **පැය 2ක් පමණ** නිරාහාරව සිටින්න.
2. සාමාන්‍යයෙන් ප්‍රතිකාරයෙන් පසුව වමනය ඇති නොවන නමුත් එවැනි තත්ත්වයක් දැනේනම් ඒ සඳහා ඔබට සපයා ඇති ප්ලාස්ටික් භාජනයක් භාවිතා කරන්න.
3. උදරයේ අපහසුතාවයක් සහ සුළු පීඩාකාරී බවක් දැනීම ස්වාභාවිකය. බෙල්ල ප්‍රදේශය සුළු වශයෙන් ඉදිමෙන්නට පුළුවන.
4. අනවශ්‍ය ලෙස විකිරණ වලට භාජනය වීම වළක්වා ගැනීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය හෙද සත්කාරයන් පමණක් හෙද කාර්යය මණ්ඩලය ඉටු කරනු ලැබේ. කෙසේ වෙතත් ඔබට අවශ්‍ය ඖෂධ වර්ග හා ආහාර පාන ආදිය දිනපතා ඔබට ලබා දෙනු ඇත.
5. ගිලීමට හෝ හුස්ම ගැනීමට අපහසුතාවයක් ඇතිවුව හොත් කරුණාකර හෙදියට දැනුම් දෙන්න.
6. වැඩිපුර දියර වර්ග බොන ලෙසටත් දහවල් කාලයේ පැය 3-4කට වරක් මුත්‍රා කරන ලෙසටත් ඔබට උපදෙස් දෙනු ලැබේ.
7. ඔබ මුත්‍රා කරන සෑම විටම වැසිකිළිය පාවිච්චි කළ යුතු අතර එය ජලය දමා හොඳින් පිරිසිදු කරන්න. ඔබ ස්නානය කිරීමේදී පවා මුත්‍රා කිරීමට අවශ්‍ය වුවහොත් වැසිකිළිය පාවිච්චි කරන්න.
8. ප්‍රතිකාර කළ පසු වෛද්‍යවරයෙකු විසින් ඔබව මුදා හරින තුරු ඔබ රෝහලේ එම ඒකකය තුළ රැඳී සිටිය යුතුය.
9. තමා රැඳී සිටින ඒකකයෙන් කුමන හේතුවක් නිසාවත් පිටතට නොයන ලෙස ඉල්ලා සිටින අතර අනෙක් රෝගියා හා එක්ව කතාබහ කිරීමෙන් වළකින්න.
10. ඔබ විසින් ප්‍රයෝජනයට ගෙන ඉවත දමන කෑම වර්ග හා අනෙකුත් අපද්‍රව්‍ය ඒ සඳහා ලබා දී ඇති භාජන තුළට පමණක් දමන්න.
11. ඔබ බැලීමට එන අයට ඔබට ආහාර පාන රැගෙන ඒමට හැකි නමුත් ඔබ අසලට යාමට ඉඩ දෙනු නොලැබේ. එහෙත් කාමරය තුළ වූ කැමරාවකින් ඔබව දර්ශනය වීමටත් රෝහලේ දුරකතනයකින් ඔබ සමග කතා කිරීමටත් ඉඩ දෙනු ලැබේ. (උදේ 7.00-8.00, දවල් 12.00-1.00, සවස 5.00-6.00)
12. ප්‍රතිකාරයෙන් පැය 24කට පසු ඇඹුල් සහිත ටොෆි වැනි ද්‍රව්‍යයක් මුඛය තුළ තබා ගැනීමෙන් බේට ග්‍රන්ථි වලට සිදුවන බලපෑම අඩු කර ගත හැකිය.
13. භාවිතා කරන ලද පුද්ගලික රෙදි පිළි වෙනම බෑගයක බහා නිවසට ගෙන යා හැකි අතර, ඒවා මාසයක් පමණ වෙන් කර තබා වෙනමම සෝදන්න.

<u>ප්‍රතිකාර ලබා රෝහලෙන් පිටවී යන ඔබට උපදෙස් :</u>

1. රෝහලෙන් පිට වී යන අවස්ථාව වන විට සුළු විකිරණ ප්‍රමාණයක් ඔබගේ ශරීරයේ රැඳී තිබෙන බැවින් ඒ සඳහා උපදෙස් ලබා දෙනු ලැබේ.
2. රෝහලෙන් පිටවී යාමේදී හැකි ඉක්මණින් නිවස කරා යාමට උත්සාහ කරන්න. ඒ සඳහා පෞද්ගලික වාහනයක් භාවිතා කරන්නේ නම් වඩාත් සුදුසුය. පොදු වාහනයකින් ගමන් කරන්නේ නම් කුඩා ළමුන් හා ගැබිනි කාන්තාවන් අසල සිටීමෙන් වළකින්න.
3. ඔබ තවත් සති 4ක් පමණ යනතුරු අනෙක් අය අසල වැඩි වේලාවක් රැඳී සිටීමෙන්, කුඩා ළමුන් වඩා ගැනීමෙන්, රැකියාවට යාමෙන්, උත්සව අවස්ථාවන්ට සහභාගී වීමෙන් වැළකිය යුතු අතර, අනෙක් අයගෙන් ඈත්ව හෝ වෙනම කාමරයක නිදා ගන්න.
4. කෙළ ගැසීම, මළ මූත්‍රා පහ කිරීම සඳහා සැමවිටම වැසිකිළි පාවිච්චි කළ යුතු අතර, එය පාවිච්චියෙන් පසු ජලය දමා හොඳින් පිරිසිදු කරන්න.
5. මෙම කාලය තුළදී රෝහල්ගත වන්නේ නම් ඔබ ලබා ගත් විකිරණශීලී අයඩීන් ප්‍රතිකාරය පිළිබඳව අදාළ වෛද්‍යවරයාට දැනුම් දෙන්න. රෝග නිශ්චය කාඩ්පතද ඉදිරිපත් කරන්න.
6. ප්‍රතිකාරයෙන් පසු පූර්ණ ශරීර ස්කෑන් පරීක්ෂණයක් සඳහා ඔබව යොමු කරනු ලැබේ.
7. පෙර පරිදි තයිරොක්සින් හෝ කාබිමසෝල් පෙති ගැනීම වෛද්‍ය උපදෙස් අනුව නැවත ආරම්භ කළ යුතු වේ.
8. ඔබ මව් කිරි දෙමින් සිටි මවක් නම් මෙම ප්‍රතිකාරයෙන් පසු එම දරුවාට මව් කිරි දීම සම්පූර්ණයෙන්ම නතර කළ යුතුය.
9. ඔබ ස්ත්‍රියක නම් ප්‍රතිකාරයෙන් මාස 6ක් යනතුරු ගර්භනී වීමෙන් වැළකිය යුතු අතර, ඔබ පුරුෂයෙකු නම් මාස 6ක් යනතුරු පිළිසිඳ ගැනීමකට දායක වීමෙන් වළකින්න.

රෝගියාගේ නම සහ චිකිත්සක අංකය:-

- ✓ තයිරොක්සින් ගැනීම .... දින සිට නතර කළ යුතුය.
- ✓ .... දින සිට ලුණු රහිත ආහාර ගැනීම පටන් ගන්න.
- ✓ රෝහලේ නතර වීමට පැමිණිය යුතු දිනය ....
- ✓ ස්කෑන් පරීක්ෂණය සඳහා ....

  යා යුතු දිනය ....

න්‍යෂ්ටික විද්‍යාංශය,
අයඩීන් ප්‍රතිකාර ඒකකය,
පළාත් මහ රෝහල,
බදුල්ල.