

## FOGLIO ISTRUZIONI AL PAZIENTE

Paziente: Mario Rossi Radiofarmaco: I-131 Carcinoma Tiroideo Rateo alla dimissione: 12  $\mu\text{Sv/h}$  a 1 m  
Data: 31-Jul-2025

### Restrizioni raccomandate

Scenario	Giorni	Indicazioni pratiche
Partner restr.	8	Letti separati; contatto $\leq 2$ h/gg a $\sim 1$ m
Trasporto pubblico restr.	NaN	Nei primi 2 gg viaggio max 1.0 h totali su mezzi pubblici. Auto privata con sentita (sedile posteriore $\geq 1$ m).
Bambino $< 2$ aa restr.	28	1.5 h a 1 m e 2 h a 2 m
Bambino 2–5 aa restr.	23	1.5 h a 1 m e 1.5 h a 2 m
Bambino 5–11 aa restr.	8	$\leq 2$ h/g a 1 m; gioco a 2 m
Donna incinta restr.	0	$\geq 1$ m per 6 h/gg; niente contatto ravvicinato
Collegli lavoro restr.	14	Rientro con distanza $\geq 1$ m (o $\geq 2$ m)

### Calendario restrizioni (40 giorni)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
Partner restr.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Trasporto pubblico restr.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Bambino $< 2$ aa restr.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Bambino 2–5 aa restr.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Bambino 5–11 aa restr.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Donna incinta restr.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Collegli lavoro restr.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

■ Fase restrittiva ■ Fase ordinaria ■ Nessuna restr.

### Norme di comportamento

Per i primi 8 giorni si raccomanda di non condividere il letto con il partner. Il contatto ravvicinato (ad es. a tavola) deve restare entro 2 h/gg; le attività a più di 2 m, come guardare la TV su divani separati, sono sicure.

Per i primi 2 giorni limita/evita i mezzi pubblici secondo le indicazioni in tabella. In automobile privata siediti sul sedile posteriore, lato passeggero, mantenendo  $\geq 1$  m dal guidatore.

Nei primi 28 giorni limitare il contatto in braccio o allattamento a circa 15 min al giorno. Tenere il bambino nel lettino o carrozzina a  $\geq 1$  m; passeggiare a  $\geq 2$  m è idoneo.

Fino a 23 giorni evitare abbracci o gioco ravvicinato prolungato. Giocare fianco a fianco a 1 m per non più di 1 h/g è consentito; mantenere  $\geq 2$  m quando possibile.

Il contatto a 1 m (compiti, gioco da tavolo) non deve superare 2 h/g nei primi 8 giorni. Nessuna restrizione se il bambino resta a  $\geq 2$  m.

Per 0 giorni mantieni almeno 1 m da donne in gravidanza e riduci al minimo il contatto fisico diretto.

Puoi riprendere il lavoro dopo 14 giorni. Mantieni permanentemente la distanza minima indicata ( $\geq 1$  m o  $\geq 2$  m se selezionato) durante l'orario di lavoro.

Medico: ()

Firma: \_\_\_\_\_