

减少对其他人的辐射暴露的一般准则

遵守下面三条一般准则，您可以最大限度减少辐射暴露：

1. 距离。您离其他人越远，他们受到的辐射就越少。
2. 时间。别人在您身边呆的越久，他们受到的辐射就越多。
3. 卫生。经常洗手和淋浴会减少您在周围表面留下的辐射量。

一些如放射性碘的药物需要您采取更加谨慎的措施。

以下是您可能需要遵守的一些最佳实践。其中一些预防措施可能很困难。他们意味着你可能会与亲人分离在情感和行动上支持您的时候，却不得不要和他们分开。但是请记住，这些措施对于帮助您身边的人（特别是孩子们）非常重要，而且这只是暂时的。

您的医生和护理团队会告诉您是否需要遵守这些预防措施以及需要执行多长时间：

1. 您的衣物要和家中其他人的衣物分开洗涤。
2. 使用一套盘碗和餐具并且不要和其他人共用。
3. 如有可能，使用您专用的卫生间。
4. 清洁时，使用可冲掉的纸巾和一次性手套。您的医生可能会告诉您如何清理呕吐物、尿液、唾液或鼻腔分泌物。
5. 将您的垃圾和家庭的其他垃圾分开丢弃。您也许需要将垃圾放置到安全的地方（使人和宠物接触不到）一段时间，让放射性自然下降。
6. 单独就寝。
7. 避免所有形式的亲密接触，包括拥抱和亲吻。
8. 不要为其他人煮饭或准备食物。

放射性药物可以得到安全有效地使用。确保您理解医生和护理团队的说明。保护家人和公众的最佳方式就是认真并始终遵守这些说明。

NRC 使命

NRC对国内民用放射性材料进行授权并监管，以提供充分保护公众健康和安全的合理保证，促进共同防御和安全，并保护环境

关于放射性药物治疗，您需要了解哪些



2019 年 5 月



放射性药物经常被用来诊断和治疗某些特定疾病。这些药物的工作原理是利用放射性破坏癌细胞或其他不需要的组织。每年在美国使用的放射性药物超过1600万次。您和您的医生一致认为，放射性药物治疗对您而言就是最佳治疗方案。

与您的医生和护理团队沟通

您的护理团队是您治疗方面相关问题的最佳信息来源。提前沟通您的治疗，可让您准备并规划一些必要的特殊安排，以减少对其他人的辐射暴露。您的医生也许会告诉您可能的并发症、副作用以及您在饮食或药物方面需要做出的任何调整。您应该谈谈在治疗之前自己需要做哪些准备，治疗后会发生什么。实践证明，通过提供适当的说明以及患者对这些说明的遵守，可以安全地控制患者的辐射暴露。一定要和您的医生讨论如何避免其他人受到辐射暴露的方法。



放射性药物在您身体里存续多久？

这取决于放射性药物的类型以及您所需要的治疗。药物存续时间可能会短到几天，也可能长达几个星期。

您如何保护其他人免受辐射暴露？

某些药物可能会需要您和其他人分开一段时间。您的唾液（亲吻、食物分享）、汗液和体脂（触碰）以及尿液和垃圾（共用洗手间）可能会让其他人受到辐射暴露。您的护理团队将为您提供治疗后需遵守的具体说明，从而最大限度减少其他人受到的辐射暴露。您的医生会根据您的个人情况，为您特制的具体说明。请确保您理解并能够遵守这些说明。

下列是您的医生和护理团队或许会考虑的：

- 您治疗后会在哪里住宿（养老院、公寓、房屋、宿舍）？
- 您是否有自己可单独使用几天的卧室和卫生间？
- 您是否可以自己照顾自己，还是需要有人协助？
- 在您接受治疗后，谁来照顾可能需要帮助的幼童？
- 治疗后您如何回家？您需要乘坐飞机、公共汽车或火车吗？如果您乘坐公共交通工具或住在酒店，则要针对您的具体情况讨论如何减少对其他人的辐射暴露。



- 您何时能回去上班？
- 治疗对您的宠物会有什么影响？

如果您怀孕了或认为您可能已怀孕，请告诉您的医生。放射性药物可能会伤害到未出世的孩子。如果您计划怀孕，请咨询您的医生治疗后需要等待多长时间。

如果您正在哺乳，治疗期间您可能需要抽吸并丢弃母乳。如果服用一些如放射性碘的药物，您可能需要在开始治疗之前的一段时间内完全停止母乳喂养，以便保护自己 and 您的宝宝。与您的医生谈谈适合您的最佳方案。

有关接受放射性碘治疗的患者的更多信息，请访问网站：<https://www.nrc.gov/materials/miau/patient-release.html>。