

## Jodiumbeperkt dieet Vorbereidingsdieet

U krijgt een behandeling met radioactief jodium of een controle scan met radioactief jodium op de afdeling Nucleaire Geneeskunde. Ter voorbereiding moet u een dieet volgen met zo weinig mogelijk jodium (jodiumbeperkt). In deze folder leest u alle instructies.

### Wanneer moet u starten met het voorbereidingsdieet?

- **7 dagen voor uw behandeling of scan** stopt u met het eten van vis, schaal of schelpdieren.
- **4 dagen voor uw behandeling of scan** begint u met het volledige jodiumbeperkt dieet.

### Wanneer stopt u met het voorbereidingsdieet?

Overleg altijd met uw arts over het stoppen van het dieet. Het is mogelijk dat uw behandel- of onderzoeksperiode wordt verlengd.

Wanneer u een scan krijgt, volgt u het dieet meestal tot het moment van de scan.

Wanneer u een behandeling krijgt, volgt u het dieet meestal tot 24 uur na de behandeling.

Als uw arts toestemming geeft om het dieet te stoppen, mag u weer alles eten en drinken.

### Waarom moet u een jodiumbeperkt dieet volgen?

Het volgen van het jodiumbeperkt dieet is noodzakelijk:

- Om het effect van uw behandeling met radioactief jodium te verhogen.
- Om nauwkeurig te kunnen meten of er nog opname is van radioactief jodium door eventueel resterend schildklierweefsel en/of tumorweefsel.

Schildkliercellen zijn de enige cellen in het lichaam die jodium kunnen opnemen uit de voeding. Hierdoor zitten de schildkliercellen vol met jodium en kan er weinig radioactief jodium opgenomen worden tijdens uw behandeling of scan.

Door het volgen van het jodiumbeperkt dieet bevat uw voeding weinig jodium. Het gevolg is dat uw schildkliercellen dan ook weinig jodium bevatten. Er is ruimte om radioactief jodium op te nemen. Hierdoor wordt het effect van de behandeling of de nauwkeurigheid van de meting vergroot.

In bijna alle voedingsmiddelen is jodium aanwezig, in de één wat meer dan in de ander. Hierdoor is het niet mogelijk om uw voeding vrij van jodium samen te stellen. Als u de instructies volgt, kunt u de hoeveelheid jodium in uw voeding voldoende beperken om de behandeling of de scan te laten slagen.

### Wat mag u wel of niet eten?

In de folder '[Jodiumbeperkt dieet – Productinformatie](#)' leest u welke producten wel of niet zijn toegestaan. Staat een product niet in het schema? Dan mag u dit product niet gebruiken.

U krijgt een afspraak bij de diëtist, die met u doorneemt hoe u uw dieet kunt aanpassen en u krijgt een uitgebreide lijst welke voedingsmiddelen en hoeveelheden u kunt gebruiken.

### Belangrijkste aandachtspunten in het jodiumbeperkt dieet

#### Keukenzout

Het gebruik van gejodeerd keukenzout en zeezout is tijdens het volgen van het jodiumbeperkt dieet niet toegestaan. Tijdens het dieet kan gebruik gemaakt worden van niet-jodiumhoudend zout, bijvoorbeeld bij de bereiding van de warme maaltijd. Dit zijn de blauwe verpakkingen JOZO zout. Andere soorten zijn niet toegestaan.

### **Bakkerszout in brood**

Bakkers voegen bakkerszout toe aan brood, dit zout bevat jodium. Tijdens het volgen van het dieet is brood met bakkerszout niet toegestaan. Alternatieven zijn:

- Zelf bereiden van brood met een Koopmans-broodmix (alle varianten zijn toegestaan)
- Zelf bereiden van brood met losse toegestane ingrediënten met JOZO-natuurlijk zout
- Natriumarm brood van de bakker.

### **Zeevis, schaal- en schelpdieren, zeewier en algen**

Voedingsmiddelen uit de zee bevatten een grote hoeveelheid jodium en zijn daarom niet toegestaan tijdens het volgen van het jodiumbeperkt dieet.

### **Kleurstof E127**

De rode kleurstof Erythrosine bevat jodium en is daarom niet toegestaan tijdens het dieet. Deze kleurstof komt vooral voor in cocktailkersen, gekonfijte kersen, vruchten op sap. Het kan ook in snoepgoed voorkomen. Andere rode kleurstoffen zoals E124 zijn wel toegestaan

### **Andere producten die jodium bevatten en niet gebruikt mogen worden**

Behalve in voedingsmiddelen kan jodium ook voorkomen in medicijnen, zeep, shampoo, crème en zalf.

De volgende producten mag u niet gebruiken tijdens het dieet:

- Sommige medicijnen (etiket: povidone, iodine, potassiumiodide)
- Henna
- Jodium (merknaam betadine)
- Visolie
- Alle vitaminepreparaten
- Alle soorten hoestdrank
- Alle soorten drinkvoeding, sondevoeding en andere dieetpreparaten
- Stophoest
- Jodiumtinctuur

### **Hebt u vragen over het dieet?**

Neem contact op met een medewerker van de afdeling Nucleaire Geneeskunde.

Telefoonnummer: 013 – 221 04 70

E-mail: [ng-administratie@etz.nl](mailto:ng-administratie@etz.nl)