

## JODARME ERNÄHRUNG

*Empfohlen vor einer Szintigraphie und einer Therapie mit radioaktivem Jod*

Lebensmittelgruppe	Erlaubte Lebensmittel	Nicht zu konsumierende Lebensmittel
Backwaren, Teigwaren	Mehl, Hafer, Weizen, Nudeln, Pfannkuchen, hausgemachtes Brot mit nicht jodiertem Salz	Frühstücksflocken, Reis, Granola, Popcorn, Kekse, industriell hergestellte Brote oder Cracker
Fleisch, Geflügel, Eier	Rind, Lamm, Huhn, Truthahn, Schwein, Kalb, Eier (max. 2 Eier/Tag)	Alle Meeresfrüchte (Fisch, Garnelen, Austern, Muscheln usw.) Verarbeitetes, gesalzenes, geräuchertes oder panierter Fleisch Wurstwaren: Blutwurst, Salami, gesalzener Schinken ...
Würzmittel	Ungesalzene Margarine, Pflanzenöl, Mayonnaise, Zucker, Gelee, Honig	Meersalz und/oder jodiertes Salz, saure Gurken, weiße Soße, Soßen auf Fleischbasis, cremige Soßen, Sojasoßen, Agar-Agar, Zusatzstoffe auf Essig- oder Alginat, rote Farbstoffe
Obst, Säfte	Alle rohen Früchte und hausgemachten natürlichen Säfte	Fruchtcocktails, Obstkonserven, Trockenfrüchte
Getränke	Wasser, Tee, Kaffee, Wein, alkoholische Getränke	Milch und alle Milchprodukte (Joghurt, Eiscreme, Käse), Sojagetränke
Desserts	Hausgemachte Kekse, hausgemachte Obstfladen, hausgemachte Kuchen (mit nicht jodiertem Salz zubereitet)	Schokolade, Pudding, Gelatine, Eiscreme, Bonbons, industriell hergestellte Desserts, Lebensmittel mit roten Farbstoffen, Melasse
Gemüse	Spargel, Rote Beete, Brokkoli, Kohl, Sellerie, Karotten, Blumenkohl, Mais, frische Gurken, Salat, Pilze, Zwiebeln, Erbsen, Kartoffeln ohne Schale, Spinat, Süßkartoffeln (im Ofen gebacken), frische Tomaten, Zucchini	Alle Gemüsekonserven, Kartoffeln mit Schale, Pommes frites, kandierte Süßkartoffeln, Zwiebelringe, Bohnen
Fertiggerichte	Hausgemachte Gerichte, zubereitet mit den erlaubten Zutaten	Fertiggerichte (Pizza, Lasagne, Nudeln usw.), industriell hergestellte Lebensmittel und Lebensmittel mit Konservierungsstoffen
Nahrungsergänzungsmittel	/	Nahrungsergänzungsmittel

**Hinweis:** Alle Speisen müssen mit nicht jodiertem Salz (kein Meersalz und/oder jodiertes Salz) zubereitet werden. Vermeiden Sie es, in Restaurants zu essen.

**Medikamente: Vermeiden Sie unbedingt Medikamente, die Jod enthalten, insbesondere:**

- Isobétadin
- Iodex
- Cordarone
- Amiodaron

**Medizinische Untersuchungen:** Lehnen Sie radiologische Untersuchungen mit Injection von jodhaltigen Kontrastmitteln (vor allem CT-Untersuchungen) ab. Informieren Sie den Radiologen und/oder wenden Sie sich an die Abteilung für Nuklearmedizin.

**ABTEILUNG FÜR  
NUKLEARMEDIZIN**

**Sekretariat**  
04/355.62.00  
mednuc@chc.be

**Hauptsitz**  
Groupe santé CHC asbl  
bd Patience et Beaujonc 9  
B-4000 Lüttich

**Unternehmensnummer**  
0416.805.238

**CHC.be**

**Notre groupe est membre  
du réseau de santé**

