

## Sydämen / koko kehon FDG PET-MRI-tutkimus sisältäen ruokavalio-ohjeen

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

PET-MRI-tutkimuksessa kuvataan samalla käyntikerralla sekä positroniemissiotomografia (PET) että magneettikuvaus (MRI). PET-tutkimuksella tutkitaan elimistön aineenvaihduntaa ja MRI-tutkimuksessa saadaan tarkka kuva elimistön rakenteesta.

Tutkimuskäynnin kokonaiskesto on noin 3 tuntia.

### Mahdolliset esteet tutkimukselle

Pyydämme sinua **etukäteen ilmoittamaan PET-keskukseen**, mikäli sinulla on jokin seuraavista asioista:

- sydämentahdistin, korvaproteesi, metalliproteesi, leikkausklipsejä, sirpaleita, metallisiruja, lääkeainepumppu, hermostimulaattori
- hammasraudat tai hampaiden ns. retentiokisko
- olet tai epäilet olevasi raskaana
- lapsi rintaruokinnassa
- painosi on yli 120 kg. Tutkimuskameran aukko on halkaisijaltaan 60 cm.

Lääkelaastarit ja glukoosimittarit poistetaan osastollamme, joten uutta ei kannata vaihtaa ennen tutkimusta. Hammaspaikat, sterilisaatioklipsit tai ehkäisykierukat eivät ole este tutkimukselle.

### Valmistautuminen

Tullessasi tutkimukseen on tärkeää, että **verensokeriarvosi on alle 10 mmol/l**, joten noudata seuraavaa ohjetta:

- **ole syömättä vähintään 10 - 12 tuntia** ennen tutkimusta
- vettä saa juoda paaston aikana, mutta ei muita juomia.
- purukumin pureskelu ja pastillit ovat kiellettyjä tutkimuspäivänä

Noudata ohessa olevaa ruokavalio-ohjetta **tutkimusta edeltävänä päivänä** ja pidä syömistäsi ruuista ruokapäiväkirjaa.

### Sallitut ruoat

- kana, kalkkuna, kala, lihat, täyslihamakkarat, pekoni, kananmuna

- lihaliemi
- vihannekset: tomaatti, kurkku, lehtisalaatit, porkkana, paprika, yrtit
- vesi
- kahvi ja tee (ilman maitoa tai sokeria)
- sokerittomat juomat, mehut, limonadit
- makeutusvalmisteet (esim. Hermesetas)

### **Kielletyt ruoat**

- hiilihydraatteja tai sokeria sisältävät ruoat
- maito, mehut, tuoremehut, limonadit
- leipä, keksit ja pikkuleivät, leivonnaiset
- maitovalmisteet (juusto, jogurtti, rahka, raejuusto)
- puuro, murot, mysli, sipsit, karamellit
- riisi, pasta, peruna, maissi, pavut, herneet, pähkinät
- hedelmät ja marjat
- purukumi, pastillit
- alkoholi

### **Huomioithan myös seuraavat asiat:**

- välttä fyysistä rasitusta (kuntosali, pyöräily tai juoksulenkki) 24 tunnin ajan ennen tutkimusta
- älä juo alkoholia 24 tuntiin ennen tutkimusta
- ole tupakoimatta vähintään 2 tuntia ennen tutkimusta.
- Metalliesineitä, kelloja, koruja, kuulolaitetta, muita elektronisia laitteita tai pankki- ja luottokortteja ei saa viedä tutkimushuoneeseen. Korut ja lävistyskorut on poistettava ja ne on hyvä jättää kotiin.

Tutkimusta ei yleensä tehdä raskaana oleville naisille. Jos epäilet olevasi raskaana, ilmoita siitä henkilökunnalle ennen tutkimukseen tuloa. Myöskään pieniä lapsia ei saa ottaa mukaan tutkimuskäynnille.

Magneettitutkimuksessa tyypillisesti tarvitaan tehosteainetta, joka annetaan magneettikuvauksen aikana. Aine ei sisällä jodia, mutta se voi aiheuttaa allergisia reaktioita. PET-tutkimusaine on kuvaukselle välttämätön, mutta kuvaus voidaan tarvittaessa tehdä ilman tehosteainetta.

### **Lääkitys**

Tutkimuspäivänä voit ottaa normaalisti lääkärin määräämän vakituisen lääkityksen.

## Diabeetikot

Mikäli sairastat insuliinihoitoista sokeritautia, ota yhteyttä tutkimuksen tilanneeseen lääkäriisi siitä, kuinka insuliiniannoksesi huomioidaan tutkimuksen vaatimaa paastoa ja ruokavaliiohjetta ajatellen. Esivalmistelu voi vaatia osastohoidon järjestämistä vuodeosastolta.

Mikäli sairastat sokeritautia, jota hoidetaan ruokavaliolla tai tableteilla, noudata normaalia valmistautumisohjetta.

## Tutkimuksen kulku

- Sinulle laitetaan laskimoon verisuonikanyyli (tippa) tutkimusaineen antamista varten. Tutkimus on suonipistosta lukuun ottamatta kivuton eikä siihen liity sivuvaikutuksia.
- Tutkimusaineena käytetään radioaktiivista, kudosten aineenvaihduntaa mittaavaa merkkiainetta
- PET-MRI-kuvaus tehdään selinmakuulla. Tutkimuksen onnistuminen edellyttää paikallaan pysymistä
- Kuvaus tapahtuu valaistussa ja ilmastoidussa magneettikuvauslaitteessa, joka on avoin molemmista päistä. Tutkimuksen aikana sinulla on merkinantoyhteys hoitajaan ja hoitajalla on puhe-, näkö- ja kuuloyhteys. Kuvauslaitteessa on voimakas ääni, joten saat kuulosuojaimet. Voit kuunnella radiota tutkimuksen aikana.
- PET-MRI-kuvaus kestää noin 1 - 1,5 h kuvausalueen laajuudesta riippuen

## Tutkimuksen jälkeen

PET-tutkimusaineeseen ei liity sivuvaikutuksia, mutta se säteilee lievästi muutaman tunnin ajan. Minkäänlaisia säteilysuojaustoimenpiteitä ei tarvita. Tutkimuksen jälkeen on hyvä juoda normaalia enemmän vettä, koska tutkimusaine poistuu elimistöstä virtsan mukana.

Vältä tutkimuspäivänä lähikontaktia raskaana olevaan henkilöön ja lasten sylissä tai vieressä pitämistä mahdollisuuksien mukaan n. 8 tunnin ajan. Imettävien äitien on pidettävä 10 tunnin imetystauko tutkimuksen jälkeen. Tauon aikana lypsetty maito tulee kaataa viemäriin.

Tutkimustulokset saat lähettävän osaston tai poliklinikan lääkäriltä.

## Ruokapäiväkirjan täyttöohjeet

Merkitse lomakkeelle kaikki, mitä syöt ja juot vuorokautta ennen tutkimukseen tuloa. Merkitse tiedot lomakkeelle heti ruokailun jälkeen, jolloin muistat ne parhaiten. Kirjoita Klo-sarakkeeseen se kellonaika, jolloin söit tai joit jotain. Ruoat ja juomat-sarakkeeseen merkitään tieto nautituista ruoasta ja juomasta, jokainen omalle rivilleen.

Esimerkki ruokapäiväkirjan taulukon täyttämisestä

<b>Klo</b>	<b>Ruoat ja juomat</b>
17.30	2 kanafilettä
	Kananmuna
	Lasillinen vettä

